गीताजयंती

दत्तजयंती

ऋषि प्रसाद

वर्ष : ५
अंक : २७
नवम्बर-दिसम्बर १९९४

नानकजयंती

लक्ष्मीपूजन

ऋषि प्रसाद
द्विमासिक

वर्ष : ५
अंक : २७
नवम्बर-दिसम्बर १९९४

सम्पादक : के. आर. पटेल

शुल्क वार्षिक : रू. २५
आजीवन : रू. २५०/-
परदेश में वार्षिक : US $ 15 (डॉलर)
आजीवन : US $ 150 (डॉलर)

कार्यालय
'ऋषि प्रसाद'
श्री योग वेदान्त सेवा समिति
संत श्री आसारामजी आश्रम
साबरमती, अहमदाबाद-३८० ००५
फोन : ४८६३१०, ४८६७०२.

परदेश में शुल्क भरने का पता :
International Yoga Vedanta Seva Samiti
8 Williams Crest,
Park Ridge, N. J. 07656 U.S.A.
Phone : (201) - 930 - 9195

टाईप सेटींग : विनय प्रिन्टींग प्रेस
प्रकाशक और मुद्रक : के. आर. पटेल
श्री योग वेदान्त सेवा समिति,
संत श्री आसारामजी आश्रम, मोटेरा,
साबरमती, अहमदाबाद-३८० ००५.
भार्गवी प्रिन्टर्स, राणीप, अहमदाबाद में
छपाकर प्रकाशित किया ।

अनुक्रम

❀ 'ऋषि प्रसाद' ❀

हर दूसरे महीने की ९ वीं तारीख को प्रकाशित होता है ।

कार्यालय के साथ पत्रव्यवहार करते समय अपना रसीद क्रमांक एवं स्थायी सदस्य क्रमांक अवश्य बतायें ।

दीपावली पर शुभ कामनाओं की जगह शुभ समझ दूँगा : पू. बापू

दीपावली पर तुम्हें आशीर्वाद तो बहुत मिलते हैं कि, 'तुम्हारे धंधे-रोजगार में बरकत हो, तुम्हारा परिवार फूले-फले, तुम्हारे ऐहिक संबंध अच्छे रहें...' आदि आदि । किन्तु मैं तो तुम्हें यह शुभाशिष देता हूँ कि तुम प्रत्येक परिस्थिति में सम रहो और जीवन की शाम हो जाये उसके पहले जीवनदाता को पहचानने के लिए छलांग मारो। फिर जगत् की वस्तुएँ तो तुम्हें सहज में ही मिल जायेंगी । उसके लिए तो आशीर्वाद देने की आवश्यकता ही नहीं है ।

'तुम्हें दो चपरासी मिलें... पाँच कारिंदें मिलें... भोजन के लिए रसोई की व्यवस्था हो... नौकरानी मिले...' ऐसे फुटकर आशीर्वाद तो तुम्हें कई जगहों से मिल जायेंगे लेकिन मैं तुम्हें थोक में आशीर्वाद देता हूँ कि तुम्हारी रुचि आत्मज्ञान में, सत्संग के सार में हो जाये । फिर तो संसार की वस्तुएँ छाया के समान ही हैं। जैसे, तुम आगे जाते हो तो तुम्हारी छाया तुम्हारे पीछे-पीछे आती है । इसी प्रकार तुम एक बार आत्मनिष्ठ हो जाओ फिर यश और सुविधायें तुम्हारे पीछे-पीछे परछांई की तरह चली आयेंगी ।

सुथरा फकीर आत्मज्ञानी संत थे। वे हमेशा सत्य बोलते एवं अपनी आत्ममस्ती में मस्त रहते । एक बार वे किसी मठ में पहुँच गये । मठ में मठाधीश के पास शादी करके नव वर-वधू उनके माता-पिता के साथ आशीर्वाद लेने आये थे । पिता ने मिठाई की पेटियाँ तथा दो सौ-पाँच सौ रूपये रखे। मठाधीश ने मिठाई की पेटी में से थोड़ी मिठाई उन्हें प्रसाद के रूप में दी । वर ने मठाधीश को प्रणाम किया । मठाधीश ने आशीर्वाद देते हुए कहा : "जुग-जुग जियो ।"

वधू ने प्रणाम किया । उसे भी कहा : "जुग-जुग जियो।" वर के पिता ने प्रणाम किया उसे भी 'जुग-जुग जियो' का आशीर्वाद मिला ।

फिर वे लोग सुथरा फकीर के पास आशीर्वाद लेने गये । वर ने चरणस्पर्श किया । सुथरा फकीर बोले : "तू तो मर जायेगा । "

वधू ने प्रणाम किया तो उससे बोले : "बेटा ! तू भी मर जायेगी ।"

माता-पिता घबरा गये और बोले : "मठाधीश ने तो 'जुग-जुग जियो' का आशीर्वाद दिया और आप कहते हैं कि 'मर जायेगा' । ऐसा क्यों ?"

सुथरा फकीर बोले : "ये झूठ बोलने का काम तो मैंने मठाधीशों-गादीपतियों को सौंपा है । मैं तो सत्य बात कहता हूँ कि एक दिन तुम निश्चित मर जाओगे। अतः मृत्यु आये उसके पहले अमर आत्मा-परमात्मा की यात्रा कर लो। 'जुग-जुग जियो' कहनेवाले स्वयं भी जुग-जुग नहीं जिये। शुभ-कामना देना ठीक है किन्तु मैं तो शुभ समझ देता हूँ। शुभ कामना की अपेक्षा शुभ समझ का मूल्य ज्यादा होता है ।"

कोई ना मल्या रे जी...

अमे नीसरणी बनीने दुनियामां ऊभा,
पण चडनारा कोई ना मल्या रे जी...
अमे दादरो बनीने खीला खाधा,
पण तपस्यानां फळ ना फळ्यां रे जी...
अंगडां कपाव्यां अमे, आग्युंमां ओराणा,
अमे जनजननी थाळीए पीरसाणा,
पण जमनारा कोई ना मल्या रे जी...
माथडां कपाव्यां अमे, पाणीमां बफाणा,
अमे अत्तर थईने रूने पूमडे नखाणा,
पण सूंघनारा कोई ना मल्या रे जी...
'काग' सरगापुरी छोडी अमे, पतितोने काजे,
अमे हेमाळेथी देहने पडता मेल्या,
पण झीलनारा कोई ना मल्या रे जी...

❀ कवि काग ❀

दीपावली का पर्वपंचक

(१ से ५ नवम्बर, १९९४)

धनतेरस, नरक चतुर्दशी (काली चौदस), लक्ष्मी पूजन (दीपावली), गोवर्धन पूजन (अन्नकूट) या नूतन वर्ष एवं भाईदूज, इन पाँच पर्वों के पुंज का नाम ही है दीपावली का पावन त्यौहार । दीपावली का पावन पर्व अंधकार में प्रकाश करने का पर्व है । वह हमें यह संदेश देता है कि हम भी अपने हृदय में अज्ञानरूपी अंधकार को मिटाकर ज्ञानरूपी प्रकाश भर सकें ।

बाह्य दीप जलाओ तो बाहर प्रकाश होता है, भीतर में नहीं और जब तक भीतर का दीप, ज्ञान का दीप प्रज्ज्वलित नहीं होता तब तक वास्तविक दीपावली भी नहीं मनती, केवल लौकिक दीपावली ही मनायी जाती है ।

भगवान श्रीराम लंका-विजय करके जिस दिन अयोध्या लौटे थे, उस दिन अयोध्यावासियों ने घर-आँगन की साफ-सफाई करके अनेकों दीप जलाये थे । उसी दिन से दीपावली का पर्व मनाया जाने लगा, ऐसी भी एक मान्यता है । हमारे अंतःकरण में भी काम, क्रोध, लोभ, मोह, राग, द्वेष, ममता, अहंतारूपी कूड़ा-कचरा भरा है, अविद्यारूपी अंधकार भरा है । जिस दिन हम अपने अंतःकरण से इन कूड़े-कचरों को, इन दोषों को हटा देंगे, ब्रह्मज्ञानरूपी दीपक को जलाकर अज्ञान-अंधकार को मिटा देंगे उसी दिन हमारे हृदयरूपी अवध में आनंददेव का, श्रीराम का आगमन हो जायेगा । यही है पारमार्थिक दीपावली ।

दीपावली के इस पावन पर्व पर मैं तुम्हारे भीतर ज्ञान का ऐसा दीप प्रज्ज्वलित करना चाहता हूँ, जिससे अज्ञानतापूर्वक स्वीकार की गई तुम्हारी दीनता-हीनता, भय और शोकरूपी अंधकार नष्ट हो जाये । फिर तुम्हें हर वर्ष की तरह भिक्षापात्र लेकर तुच्छ सुखों की भीख के लिए तुम्हारे उन मित्र और कुटुम्बियों के समक्ष न खड़े रहना पड़ेगा जो कि स्वयं भी माँगते रहते हैं । मैं तुम्हारे ही भीतर छुपे हुए उस खजाने के द्वार खोलना चाहता हूँ, जिससे तुम अपने स्वरूप में जाग जाओ और अपने सुख के मालिक आप बन जाओ ।

परम ओजस्वी-तेजस्वी जीवन बिताओ, यही इस दीपावली पर शुभ कामना है ।

❀

भगवान विष्णुजी का अद्भुत पूजन

वैकुण्ठ चतुर्दशी का रहस्य

(१६ नवम्बर, १९९४)

कहते हैं कि इस दिन काशी नगरी में भगवान विष्णु ने भगवान शिव की कमलपूजा आरंभ की थी एवं भगवान शिव को एक हजार कमल के पुष्प चढ़ाने का संकल्प किया था । उसमें से एक पुष्प भगवान शिव ने छुपा दिया । जब पुष्प चढ़ाने के बाद विष्णुजी का ध्यान गया तो उन्होंने देखा कि एक हजार की जगह नौ सौ निन्यानवे कमल ही चढ़ा पाया हूँ, अब एक कमल कहाँ से लाऊँ ?

सहसा उन्हें याद आया कि लोग मुझे भी तो कमलनयन कहते हैं । अतः हजारवें कमल की जगह उन्होंने अपना एक नेत्र ही भगवान शिव को अर्पित कर दिया । इससे भगवान शिव अत्यंत प्रसन्न हो

गये एवं साकार रूप से प्रगट होकर विष्णुजी को आशीर्वाद दिया । इसी दिन से भगवान विष्णु का वैकुंठ में वास हुआ । अतः इसे वैकुंठ चतुर्दशी कहते हैं ।

'वैकुंठ' अर्थात् मति भोग में, देह में ही कुंठित न रहे । वरन् अपने व्यापक चैतन्य स्वरूप में, ब्रह्म में प्रतिष्ठित हो जाये । कुंठित मति ही देह में आसक्ति कराती है जबकि अकुंठित मति में याने 'वैकुंठ' में, व्यापक ब्रह्म में भगवान विष्णु का वास होता है । इससे भी इस दिन को वैकुंठ चतुर्दशी कहते हैं ।

देह को 'मैं' मानना ही कुंठितता है और देह का उपयोग कर लेना, याने विदेही आत्मा में आ जाना, यह वैकुंठ-वास कहलाता है । तुम भी अपनी देह को एक खिलौना समझो । कुंठित मति मिटाकर व्यापक आत्मा-परमात्मा को 'मैं-मेरा' मानकर वैकुंठ (परमात्मा) में वास करो ।

❀

... जब गुरु नानक ने शक्कर पूरी की

(नानक-जयंती १८ नवम्बर, १९९४)

गुरु नानक के एक भक्त की शक्कर की दुकान थी । एक बार किसी वजीर का लड़का उनके पास से शक्कर ले गया । रास्ते में पेकिंग फटने से थोड़ी-थोड़ी शक्कर ढुलती रही । घर पर वजीर थोड़ी फुरसत में बैठा था अतः उसने शक्कर को तोलकर देखा तो शक्कर कम निकली । उसने सोचा, एक सेर शक्कर में करीब ढाई तोला शक्कर कम है तो जरा उस व्यापारी को सजा कराऊँ ।

वजीर गया राजा के पास और बोला : "मेरा बेटा एक सेर शक्कर लाया तो उसमें ढाई तोला शक्कर कम निकली । दूसरों को भी इसी तरह शक्कर कम ही मिलती होगी ?"

राजा ने शक्कर तुलवायी तो सचमुच ढाई तोला शक्कर कम निकली । उस व्यापारी को बुलाया गया । तब व्यापारी बोला :

"अरे ! मैंने तो शक्कर जरा भी कम नहीं दी । हे भगवान् ! हे मेरे सद्गुरु महाराज ! अब तो मैं आपकी शरण में हूँ । मेरी रक्षा कीजिए... रक्षा कीजिए..." इस प्रकार वह प्रार्थना करता रहा ।

इधर करतारपुर गाँव में गुरु नानक सत्संग कर रहे थे । वहाँ किसी व्यक्ति ने पाँच पैसे रखे थे । पाँच पैसे माने ताम्बे का सिक्का जिसका वजन करीब ढाई तोला ही होता है । सत्संग के बीच में से अचानक नानकजी ने पाँच पैसे उठाकर दायीं हथेली पर रखे, फिर बायीं हथेली पर रखे । इस प्रकार नानकजी सत्संग करते जाते एवं पाँच पैसे को भी दायीं से बायीं और बायीं से दायीं हथेली पर रखते जाते ।

उनके दो शिष्य - बाला और मरदाना चकोर जैसे थे । उन्होंने जब अपने गुरुदेव को बार-बार ऐसा करते देखा तो उनके आश्चर्य का पार न रहा । मौका पाते ही उन्होंने पूछ लिया :

"गुरुजी ! आप तो कभी पैसों को छूते तक नहीं । आज हथेलियों पर पैसे बार-बार ले रहे थे ? कृपया हमारा संदेह दूर कीजिए, प्रभू !"

नानकजी : "मैं शक्कर पूरी कर रहा था । वह राजा तराजू के जिस पलड़े पर शक्कर रखता था उसी तरफ की हथेली पर मैं यह पाँच पैसा रख देता था और उसकी कम पड़ती शक्कर को पूरी कर देता था । राजा चकित हो रहा था और वजीर की इज्जत का सवाल था । अतः वह बार-बार पलड़े बदल रहा था और इधर मैं बार-बार हथेली बदल रहा था । मैं तो अपने भक्त की शक्कर पूरी कर रहा था ।"

इधर नानकजी हथेली बदल रहे थे और उधर शक्कर पूरी हुई जा रही थी । बार-बार ऐसा करते-करते आखिर राजा को भी हुआ कि यह कैसा जादू है ? जरूर इसके पीछे ईश्वर का हाथ है । अंततः व्यापारी को निर्दोष छोड़ दिया गया । वह व्यापारी

अपने गुरुदेव की कृपा को याद करता-करता अश्रुपूर्ण नयनों से घर की ओर चल पड़ा ।

ऐसे अनुभव आज भी, इस जमाने में भी शिष्य की श्रद्धा और गुरु की कृपा से होते हैं ।

❀

गीता-जयन्ती

(१३ दिसम्बर १९९४)

सम्पूर्ण विश्व में श्रीमदभगवद्गीता के अतिरिक्त अन्य ऐसा कोई धर्मग्रन्थ या शास्त्र है ही नहीं जिसकी विश्वभर में इतने व्यापक रूप से जयन्ती मनाई जाती हो । मार्गशीर्ष (अगहन) शुक्ल एकादशी के दिन कुरुक्षेत्र के मैदान में महाभारत युद्ध से पूर्व अर्जुन का विषाद दूर करने के लियें भगवान श्रीकृष्ण के श्रीमुख से उपनिषदों का अमृत श्रीमद्भगवद्गीता के रूप में प्रगट हुआ था, इसलिये यह दिन गीताजयन्ती के रूप में बड़ी धूमधाम से मनाया जाता है । गीता का ज्ञान मोक्षदायक ज्ञान है अतैव इसे 'मोक्षदा एकादशी' के नाम से भी जाना जाता है ।

कहते हैं :

हरि सम जग कछु वस्तु नहीं,
प्रेम सम नहीं पंथ ।
सद्गुरु सम सज्जन नहीं,
गीता सम नहीं ग्रंथ ॥

जग में हरि के सिवाय अन्य कोई वस्तु नहीं, प्रेमयुक्त व्यवहार के अतिरिक्त जीवन को महान् बनाने का अन्य कोई मार्ग नहीं, सद्गुरु के अतिरिक्त मनुष्य का दुनिया में कोई हितैषी नहीं और गीता के समान कोई ग्रन्थ नहीं है क्योंकि इस छोटे-से ग्रन्थ में जीवन की गहराइयों को छूते हुए सत्य व ज्ञानयुक्त ऐसे महान् विचारों का समावेश है जिनके नित्य अध्ययन व चिन्तन मात्र से मानवमात्र की निराशा, हताशा व दुश्चिन्ताएँ सरलता से मिट जाती हैं तथा मानव में से महेश्वर का प्रादुर्भाव हो जाता है । वे लोग बड़े धनभागी हैं जिन्हें गीताज्ञान-सम्पन्न किसी महापुरुष का प्रत्यक्ष सान्निध्य प्राप्त है या उनके वचनों में जिनकी श्रद्धा है । ऐसे लोग देर-सबेर अपना ज़ीवन समुन्नत कर ही लेते हैं ।

पूज्यपाद संत श्री आसारामजी महाराज के शब्दों में : भगवद्गीता ऐसे दिव्य ज्ञान से भरपूर है कि उसके अमृतपान से मनुष्य के जीवन में साहस, हिम्मत, समता, सहजता, स्नेह, शांति, और दैवी संपदा के गुण विकसित हो उठते हैं तथा अधर्म और शोषण का मुकाबला करने का सामर्थ्य आ जाता है । अतः प्रत्येक युवक-युवती को गीता के श्लोक कण्ठस्थ करना चाहिये एवं उनके अर्थ में गोता लगाकर अपने जीवन को तेजस्वी-ओजस्वी बनाना चाहिये ।

भगवद्गीता मानवमात्र के लिये उपयोगी व हितकारी है, चाहे वह किसी भी देश, वेष, समुदाय, सम्प्रदाय, जाति, वर्ण व आश्रम का व्यक्ति क्यों न हो ? यदि वह इसका थोड़ा-सा भी नियमित

पठन-पाठन करे तो भी अनेक आश्चर्यजनक लाभ मिलने लगते हैं ।

गीता का परम लक्ष्य है मानव मात्र का कल्याण करना । किसी भी स्थिति में इन्सान ईश्वरप्राप्ति से वंचित् न रह जाय क्योंकि ईश्वर की प्राप्ति ही मनुष्य जीवन का परम उद्देश्य है लेकिन भ्रमवश मनुष्य भौतिक सुख-सुविधाओं के वशी-भूत होकर नाना प्रकार से अपनी इन्द्रियों को तृप्त करने के प्रयासों में उलझ जाता है और सिवाय दुःखों के उसे अन्य कुछ प्राप्ति होती ही नहीं है । भगवद्गीता इसी भ्रमभेद को मिटाकर एक अत्यधिक सरल, सहज व सर्वोच्च दिव्य ज्ञानयुक्त पथ-प्रदर्शन करती है । गीता के सुवचनों का आचमन करने से मनुष्य को भोग व मोक्ष दोनों की ही प्राप्ति होती है ।

> जिन्हें गीताज्ञान-सम्पन्न किसी महापुरुष का प्रत्यक्ष सान्निध्य प्राप्त है ऐसे लोग देर-सबेर अपना जीवन समुन्नत कर ही लेते हैं ।

स्वामी विवेकानंद कहते थे - "श्रीमद् भगवद्गीता उपनिषद्रूपी बगीचों में से चुने हुए आध्यात्मिक सत्यरूपी पुष्पों से गूंथा हुआ पुष्पगुच्छ है ।"

मनुष्य के उद्धार के लिये तीन मुख्य मार्ग 'प्रस्थानत्रय' नाम से जाने जाते हैं । पहला वैदिक प्रस्थान है- 'उपनिषद्', जिसमें मंत्र हैं, जो कि अधिकारी मानवों के लिये ही उपयोगी है । दूसरा दार्शनिक प्रस्थान है, जिसे ब्रह्मसूत्र कहते हैं । इसमें सूत्र निहित है । जो विद्वानों का विषय होता है और तीसरा होता है स्मार्त प्रस्थान, जिसे भगवद्गीता कहते हैं । इसमें श्लोक निहित हैं । भगवद्गीता में श्लोक होते हुए भी भगवान की वाणी होने से इन्हें मंत्र, तथा गहरा अर्थ छुपा होने से इन्हें सूत्र भी कहा जा सकता है ।

> मैं जब-जब बहुत भारी मुसीबतों से घिर जाता हूँ, तब-तब मैं गीता माता के पास दौड़कर पहुँच जाता हूँ और गीता माता में से मुझे समाधान न मिला हो, ऐसा कभी नहीं हुआ ।

शास्त्रों में कहा गया है :

गीतायाः श्लोक पाठेन,
गोविन्द स्मृति कीर्तनात् ।
साधुदर्शनमात्रेण,
तीर्थ कोटि फलं लभेत् ।।

गीता के श्लोकों का पाठ करने से, भगवन्नाम का उच्चारण करने से तथा आत्मतत्त्व में विश्रांति प्राप्त साधु-पुरुषों के दर्शन करने मात्र से करोड़ों तीर्थ करने का फल प्राप्त होता है ।

हमारे जीवन में गीता का मूल्य आज भी समस्त ग्रन्थों में सर्वोच्च बना हुआ है । न्यायालयों एवं ग्रामीण क्षेत्रों में आज भी सत्य की शपथ गीता पर हाथ रखकर करवाई जाती है । इस ग्रन्थ का नियमित अध्ययन करने से हमारे जीवन में दैवी गुणों का विकास होता है । किसी मरणासन्न व्यक्ति के निकट बैठकर उसे गीताश्रवण कराया जाये तो मरणोपरान्त उसकी सद्गति होती है ।

महात्मा गांधी गीता का महत्त्व समझते हुए अत्यधिक आदर के साथ भगवद्गीता को सदैव अपने साथ रखा करते थे तथा जब भी अवकाश मिलता, गीता की गहराइयों में उतर जाते थे । उन्हीं के शब्दों में "एक बार मैंने अपना अंतिम समय नजदीक आया हुआ महसूस किया तब गीता मेरे लिए अत्यन्त आश्वासनरूप बनी थी । ... मैं जब भी बहुत भारी मुसीबतों से घिर जाता हूँ, तब गीता माता के पास दौड़कर पहुँच जाता हूँ । गीता माता में से मुझे समाधान न मिला हो, ऐसा कभी नहीं हुआ ।"

भगवद्गीता को भारत में

ही नहीं, विश्व के कई देशों में आदरणीय ग्रन्थ के रूप में स्वीकार कर इसकी प्रशंसा की गई है। पश्चिम के एक विद्वान ने कहा है - "गीता केवल हिन्दुओं का ही धर्मग्रन्थ नहीं, अपितु मानवमात्र का धर्मग्रन्थ है।"

अमेरिकन महात्मा थॉरो के अनुसार गीता में ऐसा उत्तम व सर्वव्यापी ज्ञान है कि उसके रचयिता को असंख्य वर्ष हो गये फिर भी ऐसा दूसरा एक भी ग्रन्थ आज तक नहीं लिखा गया है। थॉरो का शिष्य, अमेरिका के सुप्रसिद्ध साहित्यकार एमर्सन तो गीता का, **'सर्वभूतेषु चात्मानं सर्वभूतानि चात्मनि'**, यह श्लोक पढ़ते समय नाच उठा था।

हमारे दादागुरु परम पूज्य स्वामी श्री लीलाशाहजी महाराज तो गीता की प्रशंसा करते हुए कहते थे कि- जीवन के सर्वांगी विकास के लिये गीताग्रन्थ अद्भुत है। विश्व की ५७८ भाषाओं में गीता का अनुवाद हो चुका है। हर भाषा में कई चिन्तकों, विद्वानों एवं भक्तों ने इसकी मीमांसाएँ की हैं और अभी भी हो रही हैं, होती रहेंगी क्योंकि इस ग्रन्थ में किसी भी देश, जाति के तमाम मनुष्यों के कल्याण की अलौकिक सामग्री भरी हुई है। अतः हम सबको गीताज्ञान में अवगाहन करना चाहिए। भोग, मोक्ष, निर्लेपता, निर्भयता आदि तमाम दिव्य गुणों का विकास करानेवाला यह गीताग्रंथ विश्व में अद्वितीय है।"

कुल मिलाकर गीता की महत्ता पर जितना भी प्रकाश डाला जाए, उतना ही कम होगा। गीताजयंती के अवसर पर आज हमें संकल्प लेना है कि हम समाज में पुनः गीता के महत्व एवं ज्ञान को प्रतिपादित करते हुए, विद्यार्थियों में गीता-श्लोक स्मरण एवं लेखन प्रतियोगिताएँ आज के पावन दिवस पर आयोजित करवायेंगे तथा जिस गाँव या शहर के हम निवासी हैं, वहाँ पर गीता के अठारहों अध्यायों के पाठ कर गीता के अत्यधिक प्रचार-प्रसार हेतु, जनता में इस ग्रन्थ की प्रतियाँ वितरित कर, उन्हें भी विश्व के इस महान् ग्रन्थ के नियमित अध्ययन, मनन व चिन्तन के लिये प्रेरित करेंगे।

याद रखिये : सम्पूर्ण विश्व में गीता ही एकमात्र ऐसा सद्ग्रन्थ है जिसकी महानता के कारण इसकी जयंती बड़ी धूमधाम से मनाई जाती है।

इस 'पर्वमांगल्य' स्तम्भ के द्वारा हम यह दर्शाना चाहते हैं कि यदि हमें अपनी संस्कृति को जीवित रखना है, सुसंस्कारों द्वारा जन-जन में राष्ट्रीयता की भावना का संचार करना है तो इस हेतु पर्वों व उत्सवों को परम्परागत् तरीकों से हर्षोल्लास के साथ मनाया जाना अत्यावश्यक होगा। अतैव विद्यार्थियों के पाठ्यक्रम में, अभिनय द्वारा, घरों में कथा-कहानी द्वारा तथा समाज में लोक- कथा एवं लोकगीतों द्वारा पर्वों के महत्त्व को समझाया जाए ताकि पाश्यात्य देशों की दूषित विचारधारा के दीवाने बनते जा रहे हमारी संस्कृति के हत्यारे नौजवान पुनः भारत के शास्त्र, संत व संस्कृति के उत्कृष्ट सिद्धान्तों का लाभ लेकर विश्वशान्ति व विश्व-मांगल्य के दैवी कार्य में अधिक से अधिक संख्या में सम्मिलित होकर लाभान्वित हो सकें।

गीता की महत्ता पर जितना भी प्रकाश डाला जाए, उतना ही कम होगा। गीताजयंती के अवसर पर आज हमें संकल्प लेना है कि हम समाज में पुनः गीता के महत्त्व एवं ज्ञान को प्रतिपादित करेंगे।

इस छोटे-से ग्रन्थ में ऐसे महान् विचारों का समावेश है जिनके नित्य अध्ययन, मनन व चिन्तन से मानवमात्र की निराशा, हताशा व दुश्चिन्ताएँ सरलता से मिट जाती हैं।

भगवान दत्तात्रेय का यदु राजा को उपदेश

(दत्तजयंती १७ दिसम्बर, १९९४)

एक बार धर्म के मर्मज्ञ राजा यदु ने देखा कि एक त्रिकालदर्शी तरुण ब्राह्मण अवधूत के रूप में निर्भय होकर विचरण कर रहे हैं । तब राजा यदु ने उनका यथोचित आदर-सत्कार एवं अर्चन-पूजन करके उनसे यह प्रश्न किया : "हे ब्रह्मन् ! आपको देखकर ऐसा लगता है कि आप मुक्त हैं। परम विद्वान होने पर भी बालक के समान इस संसार में विचरण करते दृष्टिगोचर होते हैं, इसका क्या कारण है ? हम आपसे यह पूछना चाहते हैं कि आपको अपनी आत्मा में ही ऐसे अनिर्वचनीय आनंद का अनुभव कैसे होता है ? आप कृपा करके बतलाइये।"

ब्रह्मवेत्ता दत्तात्रेयजी ने राजा यदु को योग्य अधिकारी जानकर कहा : "हे राजन् ! मैंने अपनी बुद्धि से चौबीस गुरुओं का आश्रय लिया है, उनसे शिक्षा ग्रहण करके मैं इस जगत् में मुक्त भाव से विचरण करता हूँ। मेरे उन चौबीस गुरुओं का वर्णन मैं तुमसे करता हूँ, सुनिये :

पृथ्वी : जैसे पृथ्वी पर अनेक आघात-प्रत्याघात होने पर भी वह सब सहन कर लेती है उसी प्रकार साधु पुरुष को चाहिए कि अन्य लोगों द्वारा जाने-अनजाने में किये गये आक्रमणों को धैर्यपूर्वक सहन कर ले । क्रोध न करे ।

वायु : वायु अनेक स्थानों में जाती है किन्तु वह कहीं भी आसक्त नहीं होती, किसी के गुण-दोष को नहीं अपनाती, वैसे ही साधक को चाहिए कि वह आवश्यकता पड़ने पर विभिन्न प्रकार के धर्म एवं स्वभाववाले विषयों में जाये किन्तु किसीके भी गुण-दोष की ओर आसक्त हुए बिना अपने ही लक्ष्य पर स्थिर रहे ।

आकाश : जितने भी घट, मठ आदि प्रकृति के पदार्थ हैं वे सब भिन्न प्रतीत होते हुए भी एक ही आकाश में हैं । आकाश है एक और अखण्ड ही । प्रकृति में होनेवाले परिवर्तनों, वर्षा आदि से जैसे आकाश असंग है वैसे ही यह आत्मा भी देह एवं देह से संबंधित वस्तुओं के परिवर्तनों से असंग है । इसलिए साधक को आत्मा की आकाशरूपता की भावना करनी चाहिए ।

जल : जिस प्रकार जल स्वभाव से ही स्वच्छ, निर्मल, मधुर और पवित्र करनेवाला होता है, वैसे ही साधक को भी स्वभाव से ही शुद्ध, स्निग्ध, मधुरभाषी और लोकपावन होना चाहिए ।

अग्नि : जैसे अग्नि तेजस्वी और ज्योतिर्मय होती है, जैसे उसे कोई अपने तेज से दबा नहीं सकता, वैसे ही साधक को परम तेजस्वी एवं तपस्या से दैदीप्यमान होना चाहिए तथा अग्नि के समान ही साधक भी कहीं गुप्त रहे और कहीं प्रकट हो जाये ।

चन्द्रमा : काल के प्रभाव से चन्द्रमा की कलाएँ घटती- बढ़ती रहती हैं तथापि चन्द्रमा तो चन्द्रमा ही है, वह न घटता है और न ही बढ़ता है, वैसे ही जन्म से लेकर मृत्यु पर्यन्त जितनी भी अवस्थाएँ बदलती हैं वे सब शरीर की हैं, आत्मा से उनका कोई भी संबंध नहीं है ।

सूर्य : जैसे सूर्यदेव अपनी किरणों से पृथ्वी का जल खींचते हैं और समय आने पर उसे बरसा देते

हैं, वैसे ही योगी पुरुष इन्द्रियों के द्वारा समय आने पर विषयों को ग्रहण करते हैं और समय आने पर उनका त्याग, उनका दान भी कर देते हैं। किसी भी समय उनको इन्द्रियों के किसी भी विषय में आसक्ति नहीं होती।

कबूतर : एक कबूतर अपनी कबूतरी एवं उसके बच्चों के मोह में इतना फँस गया कि उनके शिकारी के जाल में फँस जाने पर स्वयं भी जानबूझकर उसमें फँस गया। हे राजन्! मनुष्य को कहीं भी किसीके साथ अत्यंत स्नेह अथवा आसक्ति नहीं करनी चाहिए, अन्यथा उसकी बुद्धि अपना स्वातंत्र्य खोकर दीन-हीन हो जायेगी और उसे कबूतर की तरह अत्यंत क्लेश उठाना पड़ेगा।

मनुष्य को कहीं भी किसीके साथ अत्यंत स्नेह अथवा आसक्ति नहीं करनी चाहिए, अन्यथा बुद्धि अपना स्वातंत्र्य खोकर दीन-हीन हो जायेगी।

अजगर : साधक को चाहिए कि वह अजगर के समान केवल प्रारब्ध के अनुसार प्राप्त हुए भोजन में ही सन्तुष्ट रहे। उसके शरीर में मनोबल, इन्द्रियबल और देहबल तीनों हो तब भी वह निश्चेष्ट ही रहे। निद्रा रहित होने पर भी सोया हुआ-सा रहे और कर्मेन्द्रियों के होने पर भी उनसे कोई चेष्टा न करे। हे राजन्! अजगर से मैंने यही शिक्षा ग्रहण की है कि अपने आत्मा में ही विश्रान्ति पाये। न किंचित् अपि चिन्तयेत्।

समुद्र : जैसे सागर वर्षा ऋतु में नदियों की बाढ़ के कारण बढ़ता नहीं और न ही ग्रीष्म ऋतु में घटता है, इसी प्रकार भगवत्परायण साधक को भी सांसारिक पदार्थों की प्राप्ति से न तो हर्षित होना चाहिए और न ही उनके घटने से दुःखी।

पतंगा : जो मनुष्य रूप में आसक्त होता है वह अपनी विवेकबुद्धि खोकर पतंगे के समान ही नष्ट हो जाता है। पतंगे से मैंने यह शिक्षा ग्रहण की है।

भ्रमर : साधक को भौंरे (भ्रमर) की तरह ही अपना जीवन-निर्वाह कर लेना चाहिए। अपने शरीर के निर्वाह के लिए दो-चार घरों से भिक्षा माँग ले। एक ही गृहस्थ का अन्न खाने से, भौंरे की तरह-जैसे रात्रि में भ्रमर कमल में बंद हो जाने से नष्ट हो जाता है, वैसे ही साधक उस गृहस्थ के मोह में फँसकर नष्ट हो जायेगा।

मधुमक्खी : संसार के लोभी पुरुष बड़ी कठिनाई से धन का संचय तो करते हैं, किन्तु उस धन को न तो दान करते हैं और न ही उसका उपभोग करते हैं। बस, जैसे मधुहारी मधुमक्खियों द्वारा संचित शहद को निकालकर ले जाता है, वैसे ही उनके संचित धन को भी उसकी टोह रखनेवाला कोई दूसरा पुरुष ही भोगता है। संन्यासी को कभी-भी सायंकाल अथवा दूसरे दिन के लिए भिक्षा का संग्रह नहीं करना चाहिए। यदि वह संग्रह करेगा तो मधुमक्खियों के समान अपने संग्रह के साथ ही जीवन भी गँवा बैठेगा। हे राजन्! मधुमक्खि से मैंने यह शिक्षा ग्रहण की है।

हाथी : हे राजन्! मैंने हाथी से भी यह सीखा है कि संन्यासी को कभी पैर से भी काठ की बनी हुई स्त्री का भी स्पर्श नहीं करना चाहिए। यदि वह ऐसा करेगा तो जैसे हथिनी के अंग-संग से हाथी बँध जाता है, वैसे ही वह भी बँध जायेगा। (हाथी पकड़नेवाले घासफूस की हथिनी खड़ी कर देते हैं। उसे देखकर हाथी वहाँ आता है और गड्ढे में गिरकर फँस जाता है।)

संन्यासी को कभी पैर से भी काठ की बनी हुई स्त्री का भी स्पर्श नहीं करना चाहिए। यदि वह ऐसा करेगा तो वह भी बँध जायेगा।

हिरन : साधक को कभी-भी विषयसंबंधी गीत नहीं

सुनने चाहिए अन्यथा उसकी वही गति होगी जो हिरन की व्याध (शिकारी) का गीत सुनने से होती है । हिरन व्याध के गीत से मोहित होकर बँध जाता है वैसे ही साधक भी संसार में बँध जायेगा ।

मछली : जैसे मछली काँटे में लगे हुए माँस के टुकड़े के लोभ से अपने प्राण गँवा देती है, वैसे ही स्वाद का लोभी दुर्बुद्धि मनुष्य भी मन को व्याकुल कर देनेवाली अपनी जिह्वा के वश में हो जाता है और मारा जाता है ।

पिंगला : विदेह नगरी मिथिला की पिंगला नामक वेश्या, एक रात्रि में सज-धजकर किसी ग्राहक की प्रतीक्षा करने लगी । राह देखते-देखते आधी रात तक कोई भी ग्राहक उसके पास न आया । तो उसका चित्त व्याकुल हो गया और फिर उसे अपनी इस वृत्ति से बड़ा वैराग्य हुआ । वह कहने लगी :

"देखो तो सही, मेरे निकट से निकट हृदय में ही मेरे सच्चे स्वामी भगवान विराजमान हैं । वे वास्तविक प्रेम, सुख और परमार्थ का सच्चा धन भी देनेवाले हैं । किन्तु मैं कितनी मूर्ख हूँ कि उस जगत्नियंता को छोड़कर लम्पट, लोभी और मूर्ख मनुष्यों से धन और रतिसुख चाहती हूँ । मुझे धिक्कार है । इस शरीर में है भी क्या ? हड्डियाँ, माँस, त्वचा, रोम, मल, मूत्र, वात, पित्त और कफ । ऐसे अधम शरीर से मैंने सुख चाहा और फिर भी मैं सन्तुष्ट न हो सकी । अब मैं विषय-भोगों की दुराशा छोड़कर सच्चिदानंद श्रीहरि की शरण ग्रहण करती हुई उन्हीं का चिन्तन करूँगी । अब मुझे प्रारब्ध के अनुसार जो कुछ भी मिलेगा, उसी से निर्वाह कर लूँगी और बड़े सन्तोष तथा श्रद्धा के साथ रहूँगी । मैं अब किसी दूसरे पुरुष की ओर न ताककर अपने हृदयेश्वर, आत्मस्वरूप प्रभु के साथ ही विहार करूँगी ।"

अवधूत श्री दत्तात्रेयजी कहते हैं- "हे राजन् ! पिंगला वेश्या ने ऐसा निश्चय करके अपने प्रिय धनियों की दुराशा, उनसे मिलने की लालसा का परित्याग कर दिया और शान्तभाव से जाकर वह अपनी सेज पर सो गई । सचमुच, आशा ही सबसे बड़ा दुःख है और निराशा ही सबसे बड़ा सुख है, क्योंकि पिंगला वेश्या ने जब पुरुष की आशा त्याग दी, तभी वह सुख से सो सकी । आशारहित होना यह मैंने पिंगला से सीखा ।

> इस शरीर में है भी क्या ? हड्डियाँ, माँस, त्वचा, रोम, मल, मूत्र, वात, पित्त और कफ । ऐसे अधम शरीर से मैंने सुख चाहा और फिर भी मैं सन्तुष्ट न हो सकी । अब मैं सबको सुख देनेवाले श्रीहरि का ही चिन्तन करूँगी ।

कुरर पक्षी : एक कुरर पक्षी अपनी चोंच में माँस का टुकड़ा लिए हुए था । उस समय दूसरे बलवान पक्षी, जिनके पास माँस नहीं था, उससे छीनने के लिए उसे घेरकर चोंचें मारने लगे । जब कुरर पक्षी ने अपनी चोंच से माँस का टुकड़ा फेंक दिया, तभी उसे सुख मिला । जो बुद्धिमान पुरुष यह बात समझकर अकिंचनभाव से रहता है- शरीर की तो बात ही अलग, मन से भी किसी वस्तु का संग्रह नहीं करता- उसे अनंत सुखस्वरूप परमात्मा की प्राप्ति होती है । इस प्रकार उस कुरर पक्षी को भी मैंने अपना गुरु माना ।

बालक : जैसे बालक मान-अपमान एवं चिन्ताओं से परे अपनी ही मस्ती में खेलता रहता है, वैसे ही मैं भी अपनी आत्मा में रमता हूँ और अपने साथ ही क्रीड़ा कर और मौज से रहता हूँ । इस जगत् में दो ही प्रकार के व्यक्ति निश्चिंत और परमानंद में मग्न रहते हैं : एक तो भोलाभाला निश्चेष्ट नन्हा-सा बालक और दूसरा वह पुरुष, जो गुणातीत हो गया हो ।

कुमारी कन्या : एक बार किसी कुमारी कन्या के घर कई लोग आये हुए थे । उस दिन उसके घर

के लोग कहीं बाहर गये हुए थे। इसलिए उसने स्वयं ही उनका आतिथ्य-सत्कार किया। राजन्! उनको भोजन कराने के लिए वह घर के भीतर एकान्त में धान कूटने लगी। उस समय उसकी कलाई में पड़ी चूड़ियाँ जोर से बज रही थी। इस आहट को निन्दित समझकर कुमारी को बड़ी लज्जा महसूस हुई क्योंकि उससे उसका स्वयं धान कूटना सूचित होता था, जो कि उसकी दरिद्रता का द्योतक था। अतः उसने एक-एक करके सब चूड़ियाँ हाथ से निकाल दीं और दोनों हाथों में केवल दो-दो चूड़ियाँ रहने दीं। अब वह फिर धान कूटने लगी। परन्तु वे दो-दो चूड़ियाँ भी बजने लगीं, तब उसने एक-एक चूड़ी और निकाल दी। जब दोनों कलाइयों में केवल एक-एक चूड़ी रह गयी तब किसी प्रकार की आवाज नहीं हुई। उस समय लोगों का आचार-विचार निरखने-परखने के लिए घूमता-घामता मैं भी वहाँ पहुँच गया था। मैंने उस कन्या को देखकर यह शिक्षा ग्रहण की कि जब बहुत लोग एक साथ रहते हैं, तब कलह होता है और दो आदमी साथ रहते हैं तब भी बातचीत तो होती ही है, इसलिए कुमारी कन्या की चूड़ी के समान अकेले ही विचरना चाहिए।

बाण बनानेवाला : एक बाण बनानेवाला कारीगर बाण बनाने में इतना तन्मय था कि उसके पास से ही दलबल के साथ राजा की सवारी निकल गयी और उसे पता तक न चला। ऐसे ही मनुष्य को अपने मन को वश में करके बड़ी सावधानी से एक ही लक्ष्य परमात्मप्राप्ति में लगा देना चाहिए।

साँप : साधक को सर्प की तरह अकेले ही रहना चाहिए। इस अनित्य शरीर के लिए घर बनाने के बखेड़े में पड़ना व्यर्थ और दुःख की जड़ है। साँप तो अपना घर बनाये बिना ही जीवन गुजार लेता है।

मकड़ी : जैसे मकड़ी अपनी लार से मुँह के द्वारा जाला फैलाती है, उसीमें विहार करती है और फिर उसे निगल जाती है, वैसे ही परमेश्वर भी इस जगत् को अपने में से उत्पन्न करते हैं, उसमें जीवरूप से विहार करते हैं और फिर उसे अपने में ही लीन कर लेते हैं। यह मकड़ी का व्यवहार देखकर परमात्मा की लीला में, मैं ब्रह्मानंद में रहता हूँ।

भृंगी : यदि प्राणी स्नेह से, द्वेष से अथवा भय से भी जानबूझकर एकाग्ररूप से अपना मन किसी में लगा दे तो उसे उसी वस्तु का स्वरूप प्राप्त हो जाता है। जैसे भृंगी एक कीड़े को ले जाकर दीवार पर अपने रहने की जगह बंद कर देती है और वह कीड़ा भय से उसीका चिन्तन करते-करते अपने पहले शरीर का त्याग किये बिना ही, उसी शरीर से भृंगीरूप हो जाता है। जब उसी शरीर से चिन्तन किये रूप की प्राप्ति हो जाती है तब दूसरे शरीर से तो कहना ही क्या है? इसलिए मनुष्य को अन्य वस्तु का चिन्तन न करके केवल सच्चिदानंद परमात्मा का ही चिंतन करते-करते ब्रह्ममय हो जाना चाहिए।

राजन्! इन के अलावा मैंने अपने शरीर से भी शिक्षा ग्रहण की है कि यह शरीर नश्वर है अतैव इसे भोगों में न फंसाकर इसकी बुद्धि के उपयोग से ब्रह्म का साक्षात्कार करना चाहिये। जो जीवन का मुख्य उद्देश्य है।

राजन्! यही सब सोच-विचारकर मुझे जगत् से वैराग्य हो गया। मेरे हृदय में ज्ञान-वैराग्य की ज्योति जगमगाती रहती है। न तो कहीं मेरी आसक्ति है और न कहीं अहंकार ही। अब मैं स्वच्छंद रूप से इस पृथ्वी में विचरण करता हूँ।

('श्रीमद् भागवत-सुधा-सागर' पर आधारित)

❀

भीलवाड़ा में सत्संग-कुम्भ

राजस्थान के भीलवाड़ा क्षेत्र में दिनांक २२ से २६ सितम्बर तक पूज्यश्री के सत्संग का आयोजन हुआ जिसमें आबालवृद्ध सभी कीर्तन में झूम उठे । सत्संग की वर्षा में लाखों ने स्नान किया ।

तीन दिवसीय सत्संग-समारोह में पूज्यपाद संतश्री ने कहा कि प्राणायाम में बहुत शक्ति और सामर्थ्य है । उससे मनुष्य को शक्तियाँ, सिद्धियाँ, एकाग्रता आदि हस्तामलकवत् हो जाती है । प्राण एकाग्र होने से मन-इन्द्रियाँ स्थिर होते हैं और उससे परमात्मा के निकट पहुँचने में बहुत सरलता होती है ।

मनुष्य जीवन से जुड़ी अनेक समस्याओं को आचरण और नित्य क्रिया के जरिये समाधान करने के कई नुस्खे बताते हुए योगीराज संत श्री आसारामजी महाराज ने कहा कि काम और लोभ से ज्यादा खतरनाक क्रोध है । क्रोध से जीवनशक्ति का ह्रास होता है । ब्लडप्रेशर, अनिद्रा और हार्टअटैक जैसी बीमारियों से व्यक्ति घिर जाता है । क्रोध को वश में करने के कई उपायों के अलावा उन्होंने नियमित भोजन को चबा-चबाकर २० मिनट में ग्रहण करने पर जोर दिया ।

पूज्यश्री ने गीता के दसवें अध्याय 'विभूतियोग' का वर्णन विस्तार से करते हुए कहा कि हमें प्रभू का ही हो जाना चाहिए तो ही सच्चा सुख, सच्ची प्रसन्नता मिलेगी ।

संतश्री ने श्रद्धा की महिमा पर प्रकाश डालते हुए कहा कि श्रद्धा से निर्बल सबल, अयोगी योगी एवं आलसी-पौरुषवान बन सकता है । परंतु श्रद्धा के साथ तत्परता एवं संयम होना चाहिए । जिस मनुष्य में श्रद्धा नहीं है वह कौए एवं पशु से भी बदतर है ।

गीता की महिमा बताते हुए जीवन्मुक्त संतश्री ने कहा कि चांद्रायण व्रत, त्रिकाल-संध्या, तप, यज्ञादि करने से भी सद्मार्ग मिल सकता है किन्तु गीता को तो सुनने मात्र से ही उद्धार हो सकता है ।

विश्ववंद्य पू. बापू ने यह भी कहा कि वचन देने में जल्दबाजी नहीं करनी चाहिए और वचन देकर उसको निभाने में भी देरी नहीं करनी चाहिए ।

पूज्यश्री ने श्राद्ध की महिमा बताते हुए कहा कि हमें श्राद्ध अवश्य करना चाहिए एवं अपने पितरों का उद्धार करना चाहिए ।

परम योगीराज पू. बापू ने कहा कि भय नीचे के केन्द्रों में रहता है । जब मनुष्य 'हरि ॐ' का उच्चारण करता है तो उसके केन्द्रों का रूपान्तरण होता है और उसके भय, विषय-विकार आदि मिट जाते हैं । वह भगवान के निकट पहुँचने का अधिकारी हो जाता है ।

उन्होंने गरीबी पर चिन्ता व्यक्त करते हुए कहा कि नेताओं का, समाज के अग्रजनों का यह कर्त्तव्य है कि वे भारत के गाँवों की गरीबी हटाने के लिए कुछ काम करें ताकि देश उन्नत हो सके ।

पूज्यश्री ने यह भी कहा कि आज देश को ईमानदार, सच्चे व कर्मठ नेताओं की आवश्यकता है । आज देश में गरीब और अधिक गरीब होते जा रहे हैं । अतः आज जरूरत है गरीबों के स्तर को ऊँचा उठाने की ताकि देश की स्थिति को सुधारा जा सके ।

भारतीय संस्कृति की महिमा को बताते हुए पू. बापू ने कहा कि हमारी भारतीय संस्कृति में संतों ने जो बात शास्त्रों में हजारों वर्ष पहले कही है, आज के वैज्ञानिक लाखों-करोड़ों रूपये खर्च करके भी उतना नहीं बता सकते । पू. संतश्री ने पूर्व में संतों द्वारा किकये गये आविष्कारों के आगे आज के विज्ञानों को बहुत छोटा बताया ।

> नेताओं का, समाज के अग्रजनों का यह कर्त्तव्य है कि वे भारत के गाँवों की गरीबी को देख उनके लिए कुछ काम करें ताकि देश उन्नत हो सके

भारतवर्ष के ऋषि, मुनि, महर्षि एवं ब्रह्मवेत्ताओं के शिखर पर सुशोभित संत श्री आसारामजी बापू ने पावन स्थल चित्रकूट धाम पर गीता-भागवत सत्संग समारोह के प्रातः के एक सत्संग में सौम्यता की महिमा का वर्णन करते हुए कहा कि संयम, सदाचार और सद्गुण से मन की सौम्यता बढ़ती है। सौम्यता से परमात्मा की प्राप्ति में सरलता होती है। सौम्यता से मनुष्य का मन ऐहिक साधनों में आसक्त नहीं होता। चित्त में काम, क्रोध, लोभ आदि की भँवरें नहीं उठती। मन की सौम्यता बढ़ने से व्यक्तित्व में निखार आता है।

संतश्री ने कहा कि दुनिया भर की सारी कलाएँ पेट भरने के काम आती हैं लेकिन जो व्यक्ति अनुकूलता में आसक्त नहीं होता और प्रतिकूलता में विचलित नहीं होता, वह सौम्यता को प्राप्त कर लेता है।

> हमें पाश्चात्य देशों का अन्धानुकरण न करके भारतीय संस्कृति को अपने जीवन में उतारना चाहिए। इससे आत्मिक सुख-शांति व संयम-सदाचार बढ़ते हैं।

सबकी भलाई के लिए काम करने की युक्ति-'सर्वे भवन्तु सुखिनः सर्वे सन्तु निरामया' की बात करते हुए पू. बापू ने कहा कि शास्त्रों में भी कहा गया है किं मन को बदलो तो बेड़ा पार हो जायेगा। व्यक्ति के स्वयं आत्मसुखी होते ही उसकी वाणी, दर्शन और व्यवहार से दूसरे भी प्रसन्न होंगे।

जिज्ञासा को मस्तिष्क का स्वाभाविक गुण एवं इन्सान को ज्ञान का पिपासु बताते हुए संतश्री ने कहा कि हमें पाश्चात्य देशों का अन्धानुकरण न करके भारतीय संस्कृति को अपने जीवन में उतारना चाहिए, जिससे आत्मिक सुख-शांति व संयम-सदाचार बढ़ेगा अन्यथा अशांति और तनाव बढ़ते हैं।

सत्संग के आखिरी दिन पू. बापू की प्रेरणा से भीलवाड़ा समिति ने अस्पतालों में जाकर फल-फूल, सत्साहित्य व दक्षिणा बाँटी। चित्रकूट धाम के पास में अत्यंत गरीब परिवारों को, जिनमें सारी जाति के लोग शामिल थे, बुलाकर भरपेट भोजन कराया और दक्षिणा भी दी गई।

चित्रकूट धाम जनमेदनी से खचाखच भर गया था एवं मानो सत्संग के वातावरण से यह कुम्भ मेले में बदल गया था। अजमेर, जयपुर, जोधपुर, उदयपुर, मांडल और आसपास के गाँवों से बड़ी भारी संख्या में आये लोगों व भीलवाड़ा की जनता-जनार्दन के साथ सत्संग में मानव-समुदाय लाखों की तादाद में आत्मिक प्रेम के सागर समान संतश्री की वाणी में, ज्ञानगंगा में स्नान करके पावन हुआ। संत एवं सत्संग के प्रति लोगों का आकर्षण देखते ही बनता था।

आखिरी दिन की आखिरी सभा में पू. बापू को भीलवाड़ा की जनता ने अश्रुभीनी जो विदाई दी उस भावपूर्ण दृश्य का वर्णन अवर्णनीय है। पू. बापू की कार जब चित्रकूट धाम से पू. बापू के निवास पर जाने लगी तब कार की खिड़की में से पू. बापू के दर्शन करने हेतु खड़ी दोनों ओर खड़ी भक्तों की कतारें बहुत लम्बी थी। कुछ दूर तक लोग कार के पीछे दौड़ रहे थे। जनता के आग्रह पर पू. बापू ने शाम का सत्संग भी दिया।

चित्रकूट धाम का यह ऐतिहासिक सत्संग भीलवाड़ा के नगरजन वर्षों तक नहीं भूलेंगे। जनता इस अविस्मरणीय सत्संग-कुंभ का लाभ पू. बापू की अमृतमयी ऑडियो एवं विडियो कैसेट तथा सत्साहित्य के माध्यम से उठाती रहेगी।

❀

दधीचि ऋषि

सुर-असुर युद्ध तो परंपरा से चलता आया है कई बार युद्ध में देवताओं की ऐसी नौबत आती कि उन्हें दैत्यों से परास्त होकर भागना भी पड़ता ।

एक बार देवताओं ने सोचा कि कुछ सामर्थ्य प्राप्त करके फिर युद्ध किया जाये । अतः उन्होंने मंत्र-शक्ति के द्वारा मंत्रों के अधिष्ठाता देवताओं का आवाहन करके, अस्त्र-शस्त्र में उनकी प्रतिष्ठा की । फिर उन अस्त्र-शस्त्रों से उन्होंने युद्ध किया तो दैत्य परास्त हो गये और स्वर्ग के सिंहासन पर इन्द्र की प्रतिष्ठा हुई । अब इन्द्र निष्कंटक राज्य करने लगे । देवताओं ने फिर आपस में सलाह-मशविरा किया कि अभी हम निष्कंटक राज्य तो कर रहे हैं । लेकिन दैत्य हारकर गये हैं, इसलिए अधिक दिन शांत नहीं बैठेंगे । जब उनमें बल आयेगा तो वे फिर युद्ध करने आ जायेंगे । बल आ जाने पर वे चुप बैठनेवाले नहीं हैं । अतः जिन शस्त्रों के प्रभाव से हमने उनको जीता है उन्हें सुरक्षित रखा जाना चाहिए । अगर दैत्य इधर आकर वे अस्त्र-शस्त्र ले गये अथवा शस्त्र हमारे हाथ से निकल गये तो मुसीबत हो जायेगी । उनको पता है कि हमारे पास दिव्यास्त्र हैं अतः वे हमारे पास आये बिना नहीं रहेंगे । इसलिए इन अस्त्र-शस्त्रों को ऐसी जगह पर रख दिया जाये कि जब हमें जरूरत पड़े तब ही हम इनका उपयोग करें और उनके भी हाथ न लगें । तब वे सोचने लगे कि इन्द्रपुरी में तो रख नहीं सकते । क्या करें ? खोजते-खोजते सोचा कि किसी ऋषि-मुनि के आश्रम में रखकर आयें । वे लोग कई ऋषि-मुनियों, साधु-संतों से मिले लेकिन सभी ने कहा : "भाई ! तुम दोनों के झगड़े की मुसीबत हम अपने आश्रम में क्यों रखें ?"

उस समय में दधीचि ऋषि परोपकार की मूर्ति, योगबल से पूर्ण, समता के सिंहासन पर आरूढ़ और दूसरों के हित में अपने प्राण तक दे दें, इस बात के लिए प्रसिद्ध थे । देवताओं ने चालाकी की और पहुँचे दधीचि ऋषि के पास और विनती की कि दैत्य लोग न जाने कब आकर परेशान करने लग जायें और हमारे अस्त्र-शस्त्र ले जायें अतः हम ये अस्त्र-शस्त्र आपके पास धरोहर के रूप में छोड़कर जाना चाहते हैं ।

तब दधीचि ऋषि की पत्नी ने देखा कि देवता अपने स्वार्थ के लिए हमारे कंधे पर बोझ रखना चाहते हैं । ऋषि पत्नी ने इन्कार कर दिया । वे बड़ी व्यवहार-कुशल थी । देवताओं ने खूब विनती की लेकिन दधीचि ऋषि की धर्मपत्नी न मानीं । कुछ देर के बाद ऋषिपत्नी कुछ कार्यवशात् घर के अंदर चली गयी । तब देवता बोले:

"आप परोपकार के लिए अपने प्राण तक दूसरों

> महापुरुषों का परेच्छा प्रारब्ध होता है । बहनेवाले संसार की वस्तुओं में उनकी पंकड़ नहीं होती क्योंकि सदा रहनेवाली चीज़ (आत्मा) का उनको पता है, अनुभव है ।

की सेवा में लगा देते हैं । हम आपके शरणागत हैं । आपमें हमारी श्रद्धा है । आपके यहाँ ही हमारा मनोरथ सफल हो सकता है । दूसरों की तो हिम्मत ही नहीं है । आप हमारे हित के लिए, देवताओं की प्राणरक्षा के लिए अगर अनुमति देते हों तो हम यह धरोहर आपके पास रखकर जायें ।"

ऋषि का हृदय तो नवनीत के समान होता है । 'संत हृदय नवनीत समाना ।' दधीचि ऋषि का हृदय पिघल गया । उन्होंने देवताओं को अनुमति दे दी । महापुरुषों का परेच्छा प्रारब्ध होता है । बहनेवाले संसार की वस्तुओं में उनकी पकड़ नहीं होती क्योंकि सदा रहनेवाली चीज (आत्मा) का उनको पता है, अनुभव है ।

उन्होंने कहा : "अच्छा, रख दो ।" देवता लोग दधीचि ऋषि के आश्रम में अपने अस्त्र-शस्त्र रखकर, इन्द्रपुरी में जाकर निश्चिंत होकर राज्य करने लगे और भोग भोगने लगे ।

(क्रमशः)

नम्र निवेदन

प्रिय पाठक बंधुओं,

आप जानते ही हैं कि 'ऋषि प्रसाद' पत्रिका कितनी जीवनोपयोगी व आकर्षक सत्साहित्य है । किसी कारणवश अंक आप तक न पहुँच पाने अथवा देरी से मिलने से आपको कितना दुःख होता होगा, यह तो 'ऋषि प्रसाद' का सच्चा व नियमित पाठक ही जानें... साधक ही जानें... और थोड़ा-थोड़ा 'ऋषि प्रसाद' कार्यालय परिवार भी आपके पत्रों द्वारा जानता है ।

डाक विभाग की त्रुटि के कारण जब कभी आपको पत्रिका न मिलने अथवा विलम्ब से प्राप्त होने पर आपको जो कष्ट सहना पड़ता है उसके लिए हम डाक विभाग की ओर से क्षमा माँगते हैं ।

जिन ग्राहकों को कार्यालय से पत्रिका प्रेषित की जाती है उनके आने वाले शिकायती पत्रों में ८० प्रतिशत पत्र ऐसे होते हैं जिनकी जाँच करने पर पाया गया कि उन्हें उनके लिखाये गये पते पर ही पत्रिका प्रेषित की जाती है फिर भी उन्हें नहीं मिलती । अतः कृपया ऐसे ग्राहक बन्धु अपना पता पुनः विस्तृत रूप से अपने सदस्यता क्रमांक के साथ कार्यालय में भेजने की कृपा करें । इन कठिनाइयों के कारण हमें अफसोस भी है फिर भी विभिन्न प्रयासों द्वारा अंक-प्रेषण व्यवस्था में हो रहे सफलतायुक्त सुधार हमारे लिये प्रसन्नता का विषय है ।

कृपया ध्यान दें

१. एजेन्ट भाई सदस्यता हेतु प्राप्त रसीद बुकें दो माह में अनिवार्यतः जमा कराने का कष्ट करें ।

२. जिन एजेन्ट भाइयों के पास दो माह से भी अधिक समय से रसीद बुकें पड़ी हैं वे शीघ्र ही मय हिसाब के उन्हें कार्यालय में जमा कराने की कृपा करें ।

३. सदस्य बन्धु कार्यालय से पत्रव्यवहार करते समय कृपया अपना सदस्यता क्रमांक लिखना न भूलें । अपना सदस्यता क्रमांक आप हमारे स्थानीय एजेन्ट अथवा कार्यालय से प्राप्त कर सकते हैं ।

४. पत्रिका प्रकाशन तिथि के दो सप्ताह बाद तक भी यदि आपको 'ऋषि प्रसाद' का अंक न मिले तो हमारे स्थानीय वितरक से तलाश कर कार्यालय पर अवश्य ही पत्र लिखें ।

५. 'ऋषि प्रसाद' पत्रिका के सदस्य बनते समय कृपया अपना पूरा पता लिखावें ताकि आप तक अंक-प्रेषण में हमें आसानी हो सके ।

६. यदि आपके गाँव या नगर में 'ऋषि प्रसाद' का कोई सेवाधारी एजेन्ट नहीं है और आप वहाँ इस पत्रिका के सदस्य बनाकर स्थानीय वितरक बनना चाहते हैं तो कृपया शीघ्र ही हमें पत्र लिखें ।

– 'ऋषि प्रसाद' परिवार

अद्‌भुत है ब्रह्मवेत्ताओं का सामर्थ्य !

विवेकानंद रामकृष्ण के पास गये । उन्होंने रामकृष्ण परमहंस से पूछा : "क्या आपको भगवान मिले हैं ?"

रामकृष्ण ने कहा : "हाँ, मिले हैं और तुझे भी अनुभव करा सकता हूँ । क्या समझता है ?"

विवेकानंद वर्षों से खोज रहे थे किन्तु आज तक ऐसा कोई भी न मिला था जो भगवान के दर्शन करवा सके । विवेकानंद खुश हो गये और पुनः बोले :

"महाराज ! मुझ पर कृपा कीजिए ।"

रामकृष्ण परमहंस उन्हें कमरे में ले गये और कहा कि कुर्ता उतारो । विवेकानंद ने कुर्ता उतार दिया । रामकृष्ण परमहंस ने विवेकानंद पर एक नजर डाली और फिर उनके दोनों हाथ पकड़कर अपने पैर के अंगूठे से स्पर्श कर दिया ।

विवेकानंद को स्पर्श-दीक्षा मिल गयी और वे डोलने लगे । विवेकानंद बाद में कहते हैं : "उस वक्त मुझे हुआ कि न जाने इन्होंने मुझे क्या कर दिया ? अब मैं कभी उनके पास जाऊँगा ही नहीं । किन्तु भाइयों ! फिर मुझे बार-बार दक्षिणेश्वर जाना ही पड़ा और यह उन्हीं की कृपा है कि आप लोग मुझे सुनकर आनंदित हो रहे हो । नहीं तो, मुझे बेचकर चने खा जायें ऐसे विद्वान लोग काशी में भरे पड़े हैं । फिर भी आप लोग मुझे इतना प्यार कर रहे हो । यह तो मेरे गुरुदेव का ही कृपा-प्रसाद है, नहीं तो मुझे कौन पूछता था ?"

आपके अंदर भी अनंत शक्तियाँ छुपी हुई हैं । जरूरत है तो बस उन्हें जगानेवाले किसी महापुरुष के सान्निध्य की । नरेन्द्र को रामकृष्ण परमहंस मिल गये तो वे विवेकानंद बन गये, कबीरजी को स्वामी रामानंद मिले तो वे संत कबीर बन गये । जीवन में यदि किसी संत-पुरुष की, किसी ब्रह्मवेत्ता की मुलाकात हो जाये और उनके वचनों के अनुसार आप साधना की गहराई में चल पड़ो तो फिर महान् बनना आपके लिए भी अत्यंत सहज बन जायेगा ।

❀

आत्माभिमुखता की महिमा

तुम जितने परमात्मा के करीब होते हो उतना जगत् भी तुम्हारे अनुकूल होता है और जितने तुम उससे दूर होते हो उतना जगत् भी तुमको ठुकराता है ।

स्वामी रामतीर्थ कहा करते थे: "जीसस जितने आत्मा के करीब थे उतना लोगों ने उनको पूजा, उतना उनको माना । लेकिन जब जीसस लोक-संपर्क में ज्यादा रहने लगे और आत्मा को पीठ दी तो जीसस के देशागमन के अवसर पर जिन यहूदियों ने देश को सजाया था, उन्हीं यहूदियों ने मिलकर जीसस को क्रॉस पर चढ़ा दिया ।

जैसे मैग्नेट (लोहचुम्बक) के करीब जब लोहे का टुकड़ा होता है तो छोटे-छोटे लोहे के कणों को पकड़ रखता है और जैसे ही लोहे का टुकड़ा चुम्बक से दूर होता है तो छोटे-छोटे कण भी उसको छोड़ देते हैं । ऐसे ही चुम्बकों के चुम्बक तुम्हारी आत्मा के तुम जितने करीब होते हो, निकट होते हो, अन्तर्मुख होते हो, उतना ही अन्य लोग भी तुम्हारे करीब होते हैं, तुम्हें प्यार करते हैं और जितने तुम अंतर्यामी आत्मा से दूर होते हो, अंतर्यामी को पीठ देकर लोगों के

चक्कर में आ जाते हो उतने ही तुम लोगों के द्वारा ठुकराये जाते हो ।

जीसस को जब क्रॉस पर चढ़ा दिया गया उस वक्त जीसस का वचन था कि : "हे मेरे प्रभू ! मैंने तेरा त्याग कर दिया है इसीलिए मुझे यह सब देखना पड़ा ।" उन्होंने शिष्यों से भी कहा कि : "मैं मानता हूँ कि मेरी सब शक्ति बिखर गई है ।"

अंत समय में पश्चात्ताप करते हुए जीसस ने योगविद्या का सहारा लेकर प्राणों को ऊपर चढ़ा लिया । मूर्खों ने समझा कि जीसस की मृत्यु हो गई लेकिन तीन दिन तक उन्होंने प्राण को दसवें द्वार पर चढ़ा कर रखा । बाद में जब उन्हें क्रॉस पर से उतारा गया तो वे छटककर हिन्दुस्तान भाग गये और कश्मीर में जाकर अपनी एकाग्रता पुनः स्थापित की ।

कश्मीर में जीसस के रहने के कई चिह्न मिलते हैं । तब ईसाइयत वहाँ नहीं पहुँची थी । ईसाइयत तो बाद में शुरू हुई, ईसा उधर पहले पहुँचे । वहाँ का प्रचलित मलहम है 'ईसा-मलहम'। लोगों का कहना है कि क्रॉस पर चढ़ाये जाने के कारण ईसा को जो घाव हो गये थे, वे उसी मलहम से ठीक हुए। इसीलिए वह मलहम 'ईसा-मलहम' कहलाया । तुम यदि आत्मा के करीब हो जाओ तो तुम्हारे भी कई विकार दुःख दर्द, चिन्ताएँ, मुसीबतें मिट जायेंगी ।

परमात्मा उसीका है....

मनुष्य को वस्तुओं की कद्र करना सीखना ही चाहिए । काम में आनेवाली वस्तुएँ यहाँ-वहाँ पड़ी रहे, यह ठीक नहीं है ।

किसी घर में वर्षों से एक पुराना साज पड़ा था । उसने घर के कोने में जगह रोक रखी है, यह सोचकर दीवाली के दिनों में घरवालों ने उसे निकालकर जहाँ कूड़ा फेंका जाता था वहाँ डाल दिया ।

कोई संगीतज्ञ फकीर वहाँ से गुजरा तो उसने देखा कि पुराना साज कूड़े में पड़ा है । उसने साज़ उठाया, साफ किया और उस पर उँगलियाँ घुमाईं तो साज़ से मधुर स्वर निकलने लगा । लोग आकर्षित हुए, भीड़ हो गयी । यह वही साज़ था जो वर्षों तक घर में पड़ा था । घरवाले भी मुग्ध होकर बहार निकले और बोले : "यह साज़ तो हमारा है ।"

तब उस संगीतज्ञ ने कहा : "यदि यह तुम्हारा होता तो घर में ही रखते । तुमने तो इसे कूड़े में फेंक दिया, अतः अब यह तुम्हारा नहीं है ।"

साज़ उसीका है जो बजाना जानता है ।
गीत उसीका है जो गाना जानता है ।
आश्रम उसीका है जो रहना जानता है ।
परमात्मा उसीका है जो पाना जानता है ।

❀

❀ दीपावली पर लक्ष्मी साधना ❀

दीपावली पर लोग लक्ष्मी प्राप्ति के लिये विभिन्न प्रकार की साधना करते हैं । हम यहाँ अपने पाठकों को लक्ष्मी साधना का एक अत्यन्त सरल व मात्र त्रिदिवसीय उपाय बता रहे हैं ।

'दीपावली के दिन से तीन दिन तक अर्थात भाईदूज तक एक स्वच्छ कमरे में धूप, दीप व अगरबत्ती जलाकर शरीर पर पीले वस्त्र धारण करके, ललाट पर केसर का तिलक कर, स्फटिक मोतियों से बनी माला द्वारा नित्य प्रातःकाल निम्न मंत्र की दो-दो माला जप करें -

मंत्र :- ॐ नमः भाग्यलक्ष्मी च विद्महे अष्टलक्ष्मी च धीमहि तन्नो लक्ष्मी प्रचोदयात् ।'

दीपावली लक्ष्मीजी का जन्म दिवस है । समुद्रमंथन के दौरान वे इस दिन क्षीर सागर से प्रकट हुई थी, अतः घर में लक्ष्मीजी के वास व दरिद्रता के विनाश एवं आजीविका के उचित निर्वाह हेतु यह साधना अवश्य करनी चाहिये । इससे लक्ष्मीजी प्रसन्न होती है ।

जहरीले पान-मसालों का समाज में बढ़ता प्रचलन

सस्ते, लुभावने और आकर्षक पाऊचों में हर जगह मिलनेवाला पान-मसाला और जर्दायुक्त पान-मसाला आज देश के युवाओं के दिल में ऐसी जगह बना चुका है कि आम आदमी को इनके चंगुल से भारत के भविष्य को मुक्त करवाने का कोई मार्ग ही नहीं सूझ रहा है।

पचास पैसे से लेकर दस रूपये तक के पेक में बाजार में सरलता से उपलब्ध होने वाले इस जहर से देश का युवक अनभिज्ञ होकर स्वाद की लोलुपता में इसे निगले जा रहा है। एक बार जुबान पर रख लेने के बाद कई जर्दायुक्त व सादे पान-मसाले ऐसे हैं, जिनकी शरीर को ड्रग्स (घातक मादक पदार्थों) की तरह ही एक तलब उठती है, एक प्रकार की माँग या आवश्यकता महसूस होने लगती है। ऐसा लगता है मानो अमुक जर्दायुक्त या सादा पान-मसाला पुनः न खाया गया तो यह शरीर टूटकर रह जाएगा।

एक बार जुबान पर रख लेने के बाद कई जर्दायुक्त व सादे पान-मसाले ऐसे हैं, जिनकी शरीर को ड्रग्स (घातक मादक पदार्थों) की तरह ही एक तलब उठती है।

हमने सुना है कि कुछ देशद्रोही पान-मसाला उत्पादक समाज में अपने उत्पादन की बिक्री बढ़ाने के लिये पान-मसालों में डोलोमाइट नामक चट्टान का चूरा, सड़ी सुपारी व अनेक प्रकार के मादक द्रव्यों का मिश्रण कर पान-मसाला तैयार करते हैं, जिसका एक बार स्वाद लेने पर शरीर फिर उसीकी माँग करता है और उसका सेवन न करने की स्थिति में नस-नस में तनाव महसूस होने लगता है तथा आलस्य छाया रहता है।

पान-मसालों के सेवन से सर्वप्रथम दाँत, गले व फेफड़ों को खतरा होता है जिनसे शुरु होती है टी.बी., हृदयरोग, पथरी एवं वीर्यपात की बीमारियाँ।

यहाँ तक भी सुना गया है कि कुछ पान-मसाला निर्माता छिपकली जैसे विषैले जन्तु की हत्या करवाकर उनका चूर्ण पान-मसालों में मिलवाते हैं, जिसके सेवन से और अधिक नशा छाया रहे।

पाऊच संस्कृति के युग में, जहाँ हर सामान सुन्दर एवं आकर्षक पाऊचों में पैक होकर मिल रहा है, पान-मसाला निर्माता भी इस दौड़ में पीछे नहीं हैं। उन्होंने पचास पैसे से लेकर दस रूपये तक के पाऊचों में इस जहर की पैकिंग निकाल दी है। फलतः अपनी- अपनी आर्थिक स्थिति के अनुसार हर कोई इन्हीं जहरीले पाऊचों का सेवन करना फैशन समझ बैठा है।

यह पान-मसाला मुख्यतः दो रूपों में बाजार में उपलब्ध है। एक तो सादा पान-मसाला व दूसरा जर्दायुक्त पान-मसाला। इन दोनों ही प्रकार के पान-मसालों के सेवन से सर्वप्रथम दाँत, गले व फेफड़ों को खतरा होता है क्योंकि इनमें प्रयुक्त होनेवाला पाउडर शरीर के इन तीनों अंगों में जमाव पैदा करता है, जिनसे शुरू होती है टी.बी., हृदयरोग, पथरी एवं वीर्यपात की बीमारियाँ।

यदि हम निम्न बिन्दुओं पर ध्यान दें तो पता चलेगा कि इन पान-मसालों, तम्बाकू व बीड़ी-सिगरेट का सेवन हमारे जीवन का किस तरह व कितना विनाश करता है :

पान-मसालों व तम्बाकू के निरन्तर सेवन से मुख, गला, आहारनली, पेट अथवा गुर्दे में से किसी भी स्थान पर केन्सर जैसे घातक रोग का जन्म होना अवश्यंभावी ही है, जो सीधा मृत्यु के द्वार तक पहुँचाता है।

पान-मसालों व बीड़ी-सिगरेट आदि के निरंतर सेवन से फेफड़ों के उत्तक पर इनमें प्रयुक्त पाउडर अथवा धुएँ की एक परत जम जाती है जो फेफड़ों में ऑक्सीजन के प्रवेशछिद्रों को बन्द कर देती है जिससे मनुष्य को श्वास की बीमारी हो जाती है ।

पान-मसालों में मिलाये जाने वाले तीक्ष्ण रसायन पदार्थ जिह्वा के सतत सम्पर्क में आने पर स्वादेन्द्रिय को नष्ट कर डालते हैं जिससे कई बार मनुष्य को किसी वस्तु के स्वाद का ही पता नहीं चलता है ।

इन खतरनाक पाऊचों के सेवन से स्मरणशक्ति का नाश होता है, स्वभाव में चिड़चिड़ापन आने लगता है, कभी-कभी तो अर्धविक्षिप्तता जैसी स्थिति भी निर्मित हो जाती है तथा त्वरित निर्णय की क्षमता भी लगभग समाप्त-सी हो जाती है ।

पान-मसालों का आदी होने पर दमा, पथरी, नपुंसकता व वीर्यस्राव जैसी बीमारियों का भी शिकार होना पड़ता है ।

पान-मसालों व तम्बाकू के सेवन से पेट में जलन, कब्जियत, थकान व काम करते समय हाँफना एवं तुतलाने जैसे रोगों का सामना करना पड़ता है ।

कैंसर के रोगियों में ९० प्रतिशत वे ही लोग होते हैं जिन्होंने पान-मसाला, तम्बाकू व धूम्रपान किया था । घड़ी की सूई टिक-टिक करती हुई जब तक एक मिनट पूरा करती है, इतने समय में दुनिया के १० से अधिक लोग मात्र तम्बाकू के विषैले विष के शिकार होकर काल के गाल में समा जाते हैं । अति शीघ्र यह संख्या दुगनी होनेवाली है ।

इन सारे दुष्परिणामों से परिचित होने के बाद भी हम अंधाधुंध पश्चिम का अंधानुकरण करते हुए इन विषैले व्यसनों का सेवन करना फैशन समझकर भेड़ चाल से चलते जा रहे हैं । पता नहीं यह किन देशद्रोहियों की चाल है जिन्हें स्वाद की लोलुपता में मदान्ध होकर न समझते हुए भारत का लाल खोखला हुआ जा रहा है । समस्या इतना विकराल रूप धारण कर चुकी है कि आठ-दस वर्ष के बालक भी इस विषैले पदार्थ का सेवन आज खुलेआम कर रहे हैं ।

विद्यार्थी वर्ग में भी इन विषैले पदार्थों का सेवन निरंतर बढ़ता ही जा रहा है । फलतः उनमें बहरापन, एकाग्रता में कमी, चिड़चिड़ापन, परीक्षा में असफलता अथवा प्राप्तांकों में कमी, अनैतिकता, द्वेष व क्रूरता जैसे दुर्गुण विकसित हो रहे हैं जो देश के लिये एक गंभीर चिन्ता का विषय बनता जा रहा है ।

हे भारत देश की युवा वीर संतानों ! तुम स्वाद की लोलुपता में फँसकर जिस जहर को अपने शरीर में भरकर उसे खोखला बना रहे हो, वह भारत विरोधियों की यहाँ के जवानों को खत्म करने की सफल होती कोशिश है ।

हे मेरे भैया ! तुममें उस ईश्वर की असीम शक्ति का खजाना छुपा हुआ है । अपने पौरुष को जगाओ और त्याग दो इन सारे दुर्व्यसनों को, इस लुभावने जहर को... और संकल्प करो कि अब हमें इन जहरीले पान-मसालों, बीड़ी, सिगरेट, तंबाकू, शराब, गाँजा,

> हे भारत की वीर संतानों ! तुम जिस जहर को अपने शरीर में भर रहे हो, वह भारत विरोधियों की यहाँ के जवानों को खत्म करने की कामयाब होती नापाक कोशिश है ।

> संकल्प करो कि अब हमें इन जहरीले पान-मसालों, बीड़ी, सिगरेट, तंबाकू, शराब, गाँजा, भाँग, गुटका आदि व्यसनों का सहारा नहीं लेना है ।

भाँग, गुटका आदि व्यसनों का सहारा नहीं लेना है अपितु अब हम भारत के महापुरुषों के दिव्य ज्ञान का सहारा लेंगे, सत्कर्म का सहारा लेंगे। हम स्वयं तो व्यसनों का त्याग करेंगे ही, साथ-साथ समाज में गहराई तक फैल चुके इस विष की जड़ें भी उखाड़ फेंकेंगे।

हे युवा साथी ! आज हमारे देश को तेरी शक्ति की आवश्यकता है, जिसे तू व्यसनों के दुष्चक्र में फँसकर क्षीण कर रहा है। उठ भैया ! जागृत कर तुझमें सोई हुई दृढ़ता को और चल पड़ उन्हें भी बचाने जो इस विषैले सागर में डूबे जा रहे हैं।

जब तक अपने साथियों को दुर्व्यसनों के जाल से बाहर न निकाल सके, तब तक पीछे मत हटना...। सद्गुरुओं के, संतों के और ईश्वर के आशीर्वाद तेरे साथ हैं। यह भी एक भक्ति है... सच्ची देशभक्ति है।

अमेरिका के एक वैज्ञानिक मि. केलाग ने एक सिगरेट की तम्बाकू में से निकोटिन कालकर एक बड़े मेंढक के शरीर में इन्जेक्शन द्वारा पहुँचाई तो वह मेंढक तुरंत ही मर गया। उसका दूसरा अनुभव है कि एक छटांग तम्बाकू में पाये जानेवाले निकोटिन से एक कुत्ता तीन मिनट में मर सकता है।

तम्बाकू में निकोटिन से भी अधिक खतरनाक कोलोडाइन नामक विष पाया जाता है। तम्बाकू के धुएँ में फास्टफरोल तथा कार्बनमोनोआक्साइड गैस होती है जो शरीर में पहुँचकर खून में कार्बोक्सी-हीमोग्लोबिन नामक विषैला पदार्थ बनाती है जिससे धूम्रपान करने वाले मनुष्य की रोगप्रतिकारक क्षमता व आयु तो नष्ट होती ही है, बल्कि उस धुएँ के सम्पर्क में आनेवाले व्यक्तियों का मस्तिष्क व शरीर भी विषाक्त एवं निष्क्रिय बन जाता है।

पूज्य बापू के सत्संग कार्यक्रम

१. **दीपावली व नूतन वर्ष अहमदाबाद आश्रम में**
संत श्री आसारामजी आश्रम, साबरमती, अहमदाबाद-५. फोन : ४८६३१०, ४८६७०२

२. **विसनगर (गुज.) में सत्संग समारोह**
दिनांक : ९ से १३ नवम्बर '९४
समय : प्रातः ९ से ११ सायं ३-३० से ५-३०
स्थान : एम.एन. कॉलेज मैदान।

३. **पूना (महा.) में सत्संग समारोह**
दिनांक : ४ से ८ दिसम्बर '९४
समय : प्रातः ९ से ११ सायं ४-३० से ७-३०
स्थान : बी.जे. मेडिकल ग्राउन्ड।

४. **हैदराबाद में सत्संग समारोह** (संभावित)
दिनांक : १३ से १८ दिसम्बर '९४

५. **सूरत आश्रम में वेदान्त शक्तिपात साधना शिविर**
दिनांक : २३ से २५ दिसम्बर '९४ (संभावित)
विद्यार्थी तेजस्वी तालीम शिविर
दिनांक : २६ से २८ दिसम्बर '९४
स्थान : संत श्री आसारामजी आश्रम, जहांगीरपुरा, वरीयाव रोड़, सूरत. फोन : ६८५३४१

६. **बारडोली (गुज.) में सत्संग समारोह** (संभावित)
दिनांक : ३० दिस. '९४ से १ जनवरी '९५

७. **प्रकाशा (महा.) में सत्संग समारोह** (संभावित)
दिनांक : ६ से ८ जनवरी '९५

८. **अहमदाबाद आश्रम में उत्तरायण शिविर** (संभावित)
दिनांक : १३ से १५ जनवरी '९५

९. **लुधियाना (पंजाब) में भव्य सत्संग समारोह**
दिनांक : २२ से २९ जनवरी '९५
समय : प्रातः ९ से ११ सायं ४ से ६
स्थान : भारत नगर चौंक, लुधियाना।

भूल सुधार : वर्ष : ५ अंक : २५ जुलाई-अगस्त १९९४ के अंक में पेज नं. १० पर दूसरी कॉलम में नीचे से चौथी पंक्ति में 'जिस व्यक्ति को तुम प्रेम करते हो, उसके हृदय में तुम्हारे लिए प्रेम जागता है। जिसको तुम नफरत करते हो उसके हृदय में तुम्हारे लिए नफरत ही पैदा होगी'- ऐसा पढ़ें। त्रुटि के लिए क्षमा प्रार्थना...

हेमन्त ऋतु में स्वास्थ्य रक्षा

शीत ऋतु के दो माह, मार्गशीर्ष और पौष को हेमन्त ऋतु कहते हैं। यह ऋतु विसर्गकाल अर्थात् दक्षिणायन का अन्तकाल कहलाती है। इसकाल में चन्द्रमा की शक्ति सूर्य की अपेक्षा अधिक प्रभावशाली होती है इसलिये इस ऋतु में औषधियाँ, वृक्ष, पृथ्वी व जीव-जन्तुओं की पौष्टिकता में भरपूर वृद्धि होती है। शीत ऋतु में कफ का शरीर में संचार होता है तथा पित्तदोष का नाश होता है।

शीत ऋतु में जठराग्नि अत्यधिक प्रबल रहती है अतः इस समय लिया गया पौष्टिक और बलवर्धक आहार वर्ष भर शरीर को तेज, बल और पुष्टता प्रदान करता है। इस ऋतु में एक स्वस्थ व्यक्ति को अपनी सेहत की तन्दुरुस्ती के लिये किस प्रकार का आहार लेना चाहिये ? शरीररक्षा कैसे हो ? आइये, उसे हम जानें :

❀ शीत ऋतु के इसकाल में खट्टा, खारा तथा मधु रसप्रधान आहार लेना चाहिये।

❀ पचने में भारी, पौष्टिकता से भरपूर, गरिष्ठ एवं घी से बने पदार्थों का सेवन अधिक करना चाहिये।

❀ इस ऋतु में सेवन किये हुए खाद्य पदार्थों से ही वर्षभर शरीर की स्वस्थता की रक्षा का भंडार एकत्रित होता है अतः उड़दपाक, सालमपाक, सौंठपाक जैसे बाजीकारक पदार्थों अथवा च्यवनप्राश आदि का उपयोग करना चाहिये।

❀ जो पदार्थ पचने में भारी होने के साथ-साथ गरम व स्निग्ध प्रकृति के होते हैं, ऐसे पदार्थ लेने चाहिये।

❀ दूध, घी, मक्खन, गुड़, खजूर, तिल, खोपरा, सूखा मेवा तथा चरबी बढ़ानेवाले अन्य पौष्टिक पदार्थ इस ऋतु में सेवन योग्य माने जाते हैं।

❀ इन दिनों में ठंडा भोजन न करते हुए थोड़ा गर्म एवं घी-तेल की प्रधानतावाला भोजन करना चाहिये।

❀ इस ऋतु में बर्फ अथवा बर्फ का या फ्रीज का पानी, कसैले, तीखे तथा कड़वे रसप्रधान द्रव्यों का सेवन लाभदायक नहीं है। हल्का भोजन भी निषिद्ध है।

❀ इन दिनों में उपवास अधिक नहीं करने चाहिये तथा वातकारक, रूखे-सूखे और बासी पदार्थ एवं जो पदार्थ व्यक्ति की प्रकृति के अनुकूल न हों, ऐसे वस्तुओं का खान-पान न करें।

❀ ठंडी हवा के सम्पर्क में शरीर को अधिक देर तक न आने देवें।

❀ प्रातःकाल प्रतिदिन व्यायाम, कसरत व शरीर की मालिश करें।

❀ इस ऋतु में गर्म जल से स्नान करना चाहिये।

❀ शरीर की चंपी करवाना एवं यदि कुश्ती अथवा अन्य कसरतें आती हों तो उन्हें करना हितावह है।

❀ तेल मालिश के बाद शरीर पर उबटन लगाकर स्नान करना हितकारी होता हैं।

❀ कमरे एवं शरीर को थोड़ा गर्म रखें। सूती, मोटे तथा ऊनी वस्त्र इस मौसम में लाभकारी होते हैं।

❀ प्रातःकाल सूर्य की किरणों का सेवन करें एवं पैर ठंडे न हों इस हेतु जूते पहनें।

❀ स्कूटर जैसे दुपहिया खुले वाहनों द्वारा इन दिनों लम्बा सफर न करते हुए बस, रेल, कार जैसे दरवाजे-खिड़की वाले वाहनों से ही सफर करने का प्रयास करें।

❀ हाथ-पैर धोने में भी यदि गर्म पानी का प्रयोग किया जावे तो हितकर होगा।

❀ बिस्तर, कुर्सी अथवा बैठने के स्थान पर कम्बल, चटाई, प्लास्टिक अथवा टाट की बोरी बिछाकर ही बैठें । सूती कपड़े पर न बैठें ।

❀ दशमूलारिष्ट, लोहासव, अश्वगंधारिष्ट, च्यवनप्राश अथवा अश्वगंधावलेह जैसी देशी व आयुर्वेदिक औषधियों का सेवन इस काल में करने से पूरे वर्ष भर की शक्ति का उचित संचय किया जा सकता है ।

❀ गरिष्ठ खाद्य पदार्थों के सेवन से पहले अदरक के टुकड़ों पर नमक व नींबू का रस डालकर खाने से जठराग्नि अधिक प्रबल होती है ।

❀ भोजन पचाने के लिये भोजन के बाद निम्नमंत्र के उच्चारण के साथ दाँया हाथ पेट पर फिरा लेना चाहिये जिससे भोजन शीघ्रता के साथ पच सके ।

अगस्तिं कुंभकर्णं च शमिं च वडवानलम् ।
आहारं पाचनार्थाय स्मरेत् भीमं च पंचकम् ।

❀ इस ऋतु में सर्दी, खाँसी, जुकाम अथवा तो कभी बुखार की संभावना भी बनी रहती है, जिनसे बचने के उपाय अधोलिखित हैं :

❀ सर्दी-जुकाम एवं खाँसी में हल्दी-नमकवाले ताजे भुने हुए एक मुट्ठी चने सुबह तथा रात्रि को सोते वक्त खायें, किन्तु उनके ऊपर पानी न पियें । भोजन में घी, दूध, शक्कर, गुड़ एवं खटाई का सेवन बंद कर दें । सर्दी-खाँसी वाले स्थायी मरीज के लिए यह एक सस्ता प्रयोग है ।

❀ भोजन के पश्चात् हल्दी-नमकवाली भुनी हुई अजवाईन को मुखवास के रूप में नित्य सेवन करने से सर्दी-खांसी मिट जाती है । अजवाईन का धुआँ लेना चाहिए । अजवाईन की पोटली से छाती की सेंक करना चाहिए । मिठाई, खटाई एवं चिकनाईयुक्त चीजों का सेवन नहीं करना चाहिए ।

❀ प्रतिदिन मुखवास के रूप में दालचीनी का प्रयोग करें । सौंठ दो ग्राम, दालचीनी आधा ग्राम तथा पुराना गुड़ ५ ग्राम, इन तीनों को कटोरी में गरम करके रोज ताजा खाने से सर्दी मिटती है ।

❀ जोरदार सर्दी-जुकाम होने पर नाक बंद हो जाती है, सिर भी भारी हो जाता है और बहुत बैचेनी होती है । ऐसे समय में एक तपेली में पानी को खूब गर्म करके उसमें थोड़ा पेनबाम, नीलगिरि का तेल अथवा कपूर डालकर सिर व तपेली ढँक जाये ऐसा कोई मोटा कपड़ा या टॉवेल ओढ़कर गरम पानी की भाप लें । ऐसा करने से थोड़े ही मिनटों में लाभ होगा । सर्दी से राहत मिलेगी ।

❀ मिश्री के बारीक पाउडर को नासवार की तरह नाक से सूँघें ।

❀ स्थायी सर्दी-जुकाम एवं खाँसी के मरीज को २ ग्राम सौंठ, १० से १२ ग्राम गुड़ एवं थोड़ा घी एक कटोरी में लेकर उतनी देर तक गर्म करना चाहिए जब तक कि गुड़ न पिघल जाये । फिर सबको मिलाकर सुबह खाली पेट रोज गरम-गरम खा लें । भोजन में मीठी, खट्टी, चिकनी एवं गरिष्ठ वस्तुएँ न लें । रोज सादे पानी की जगह पर सौंठ की डली डालकर उबाला गया पानी ही पियें, सादे पानी की जगह गरम किया हुआ पानी ही पियें । इस प्रयोग से रोग मिट जायेगा ।

❀ सर्दी के कारण होता सिरदर्द, छाती का दर्द एवं बैचेनी में सौंठ का पाउडर पानी में डालकर गर्म करके पीड़ावाले स्थान पर थोड़ा लेप करें । सौंठ की डली डालकर उबाला गया पानी पियें । सौंठ का चूर्ण शहद में मिलाकर थोड़ा-थोड़ा रोज चाटें । मूँग, बाजरी, मेथी एवं लहसून का प्रयोग भोजन में करें । इससे भी सर्दी मिटती है ।

❀ हल्दी को अंगारों पर डालकर उसकी धूनी लें । हल्दी के चूर्ण को दूध में डालकर उबालकर पीने से लाभ होता है ।

बुखार मिटाने के उपाय :

❀ मौंठ या मौंठ की दाल का सूप बनाकर पीने से बुखार मिटता है । उस सूप में हरी धनिया तथा मिश्री डालने से मुँह अथवा मल द्वारा निकलता खून बन्द हो जाता है ।

❀ कॉफी बनाते वक्त उसमें तुलसी एवं पोदीना के पत्ते डालकर उबालें। नीचे उतारकर दस मिनट ढाँक कर रखें। फिर उसमें शहद डालकर पीने से बुखार में राहत मिलती है और शरीर की शिथिलता दूर होती है।

❀ १ से २ ग्राम पीपरामूल का चूर्ण शहद में लेकर फिर गर्म दूध पीने से मलेरिया कम होता है।

❀ ५ से १० ग्राम लहसुन की कलियों को काटकर, तिल के तेल अथवा घी में तलकर, सैंधा नमक डालकर रोज खायें। इससे मलेरिया का बुखार दूर होता है।

❀ सौंप तथा धनिया के काढ़े में मिश्री मिलाकर पीने से पित्तज्वर का शमन होता है।

❀ हींग तथा कपूर को समान मात्रा में लेकर बनायी गयी गोली दवाई की दुकान पर मिलती है। एक-दो गोली लेकर, अदरक के रस में घोंटकर, रोगी की जीभ पर लगायें-रगड़ें। दर्दी अगर दवा पी सके तो यही दवा पीवें। इससे नाड़ी सुधरेगी और बुखार मिटेगा।

❀ कई बार बुखार १०३°-१०४° Fh (फेरनहाइट) से ऊपर हो जाता है। इससे ऊपर बुखार होने पर मरीज़ के लिए खतरा पैदा हो जाता है। ऐसे समय में ठण्डे पानी में खाने का नमक, नौसादर या कोलनवॉटर डालकर, उस पानी में पतले कपड़े के टुकड़े डुबाकर, मरीज की हथेली एवं पाँव के तलुओं पर तथा सिर (कपाल) पर रखें। रखा हुआ कपड़ा सूख जाये तो तुरंत ही दूसरा कपड़ा दूसरे साफ पानी में डुबाकर, निचोड़कर दर्दी के सिर, हथेली एवं पैर के तलुओं पर रखें। इस प्रकार थोड़ी-थोड़ी देर में ठंडे पानी की पट्टियाँ बदलते रहने से अथवा बर्फ घिसने से बुखार कम होगा।

खाँसी के लिए इलाज :

❀ वायु की सूखी अथवा गर्मी की खाँसी में, खून गिरने में, छाती की कमजोरी के दर्द में, मानसिक दुर्बलता में तथा नपुंसकता के रोग में गेहूँ के आटे का गुड़ अथवा शक्कर एवं घी डालकर बनाया गया हलुआ विशेष हितकर है। वायु की खाँसी में गुड़ के हलुए में सौंठ डालें। खून गिरने के रोग में मिश्री-घी में हलुआ बनाकर किसमिस डालें। मानसिक दौर्बल्य में उपयोग करने के लिए हलुए में बदाम डालें। कफजन्य खाँसी तथा श्वास के दर्द में कुनकुने पानी के साथ अजवाईन खिलायें तथा उसकी बीड़ी अथवा चिलम बनाकर धूम्रपान (तम्बाकू बिना का) करने से लाभ होता है। कफोत्पत्ति बंद होती है। पीपरामूल, सौंठ एवं बहेड़ादल का चूर्ण बनाकर शहद में मिलाकर प्रतिदिन खाने से सर्दी-कफ की खँसी मिटती है।

❀

प्लेग-मलेरिया जैसे संक्रामक रोगों से बचने के कुछ उपाय

भगवान श्री आत्रेयजी ने चरक संहिता के विमान स्थान में स्पष्ट उपदेश दिया है कि 'जनपदोध्वंस' अर्थात् ऐसे रोग जो मानव-समूहों का नाश करते हैं, पीड़ा देते हैं उनका मुख्य कारण पापकर्म है। ऐसे संक्रामक रोगों का प्रतिकार करने एवं उनसे बचने के लिए कितने ही नियमों को जीवन में अपना लेना जरूरी है। वे नियम निम्नानुसार हैं :

१. जाने-अनजाने किये हुए अपने पापकर्मों का प्रायश्चित्त करना चाहिए। फिर से ऐसे पाप न हों इसके लिए दृढ़ संकल्प करें।

२. प्रतिदिन सुबह-शाम स्वास्थ्य मंत्र की पाँच-पाँच मालाएँ अर्थात् कुल दस मालाएँ करें। यह मंत्र अनुभवसिद्ध एवं प्रभावशाली है। सामान्य व्यक्तियों एवं पापी, कृतघ्न, निगुरे, व्यसनी, नास्तिक एवं श्रद्धारहित लोगों को यह मंत्र कदापि न बतलायें। ऐसे लोगों के समक्ष यह मंत्र बताने से बतानेवाले को दोष लगता है। स्वास्थ्य मंत्र इस प्रकार है :

॥ ॐ हंसं हंसः ॥

श्री गुरुदेव का ध्यान करके यह मंत्र जपें ।

आश्रम द्वारा प्रकाशित 'इष्टसिद्धि' पुस्तक में एक अन्य मंत्र का भी वर्णन आता है । सिर के ऊपर हाथ रखकर उस मंत्र का १०८ बार जप करने से समस्त रोग दूर हो जाते हैं । वह मंत्र इस प्रकार है :

अच्युतानन्त गोविन्द नामोच्चारण भेषजात् ।
नश्यन्ति सकला रोगाः सत्यं सत्यं वदाम्यहम् ॥

'हे अच्युत ! हे अनंत ! हे गोविन्द !' इन नाम-उच्चारणरूपी औषधि से सब रोग नष्ट हो जाते हैं। मैं यह सत्य कहता हूँ... सत्य कहता हूँ। (धन्वंतरि)

३. प्रभातकाल में नियमित रूप से सूर्यपूजा करनी चाहिए । नाभि का भाग खुला रखकर, आँखें बन्द करके सूर्य के सम्मुख खड़े रहकर १०८ बार 'ॐ सूर्यनारायणाय नमः ।' इस मंत्र का जप करें । साथ ही भावना करें कि 'सूर्य का नीलवर्णीय प्रकाश मेरी पाचन-शक्ति एवं नेत्रज्योति को बढ़ा रहा है । सूर्य के बारह नाम सात बार बोलकर भी पूजा की जा सकती है । इस प्रकार सूर्य की पूजा करने से सूर्य की किरणें नाभि द्वारा रक्त में प्रवेश करती हैं जिससे रक्त में स्थित कोई भी हानिकारक जीवाणु, बैक्टेरिया, वाईरस जीवित नहीं बचते । अपने वेदों में सूर्यपूजा को खूब महत्त्व प्रदान किया गया है ।

४. नियमित रूप से प्रभातफेरी निकालें । दिन में कम से कम दो बार नगाड़े की ध्वनि एवं घण्टनाद के साथ आरती करें, शंखनाद भी करें क्योंकि नगाड़े, घण्ट एवं शंख की ध्वनि से भी बैक्टेरिया, वाईरस आदि नष्ट होते हैं ।

५. घर में स्वच्छता रखें । सूर्य की किरणें घर में प्रवेश करें तो अच्छा है । घर के आसपास की गंदगी दूर करें । आश्रम में उपलब्ध धूप, गूगल अथवा नीम के काफी पत्तों का दिन में कम से कम दो बार पूरे घर में धूप करें । घर में एवं घर के आसपास तुलसी के पौधे रखें ।

६. रक्त शुद्ध रहे इसके लिए रोज सुबह खाली पेट नीम के कोमल ३० पत्ते, तुलसी के पाँच पत्ते एवं कालीमिर्च के दो-तीन दाने चबाकर ऊपर से एक गिलास पानी पियें ।

खुद को अनुकूल पड़ता हो ऐसा, पचने में हल्का आहार लें । पचने में भारी आहार, तले हुए पदार्थ, मिठाइयाँ-नमकीन न लें । खट्टे, खारे एवं अत्यधिक तीखे पदार्थों का भी त्याग करें । सब्जी में करेले, किकोड़े, परवल, लौकी लें । दलहन में मूँग एवं मूँग की दाल अच्छी मानी जाती है । दूध पीना हो तो उसे गर्म करके उसमें दो इलायची, मुलेठी अथवा हल्दी डालकर लें । दही-छाछ बिल्कुल न लें ।

७. बाहर की कोई भी वस्तु न खायें । पानी उबालकर पियें । यात्रा में भी शुद्ध उबाला हुआ जल साथ में रखें । चाय, कॉफी, बीड़ी, तम्बाकू, दारू, मांसाहार एवं बासी आहार का पूर्णतया त्याग करें । ताजा एवं थोड़ा गर्म आहार ही लें । साढ़े तीन घण्टे पहले पकाये गये भोजन का त्याग करें । संक्रामक रोगवाली जगहों से आयी हुई सब्जियों का त्याग कर दें ।

८. जिसको संक्रामक रोग लगा हो उसके कपड़े, बर्तन, बिस्तर को अलग रखें । संभव हो तो घर के प्रत्येक सदस्य के लिए बर्तन आदि को अलग व्यवस्था रखनी चाहिए ।

उपरोक्त दिनचर्या के साथ-साथ भगवान शंकर की 'श्रीगुरुगीता' का प्रतिदिन पठन-चिन्तन करें । 'श्रीगुरुगीता' का पाठ असाध्य रोगों को दूर करनेवाला एवं आरोग्य-आयुष्य की वृद्धि करनेवाला है । संभव हो तो महामृत्युंजय मंत्र का जप भी किया जा सकता है ।

आध्यात्मिक गुरु साधक को अपनी प्रेमपूर्ण एवं विवेकपूर्ण निगरानी में रखते हैं तथा आध्यात्मिक विकास के विभिन्न स्तरों में से उसे आगे बढ़ाते हैं ।

'कबीरा निन्दक ना मिलो...'

आत्मा-परमात्मा में जगे हुए, विश्व-चैतन्य के साथ एकाकार हुए पू. बापू जैसे ब्रह्मनिष्ठ संत तो कल्पवृक्ष जैसे होते हैं। खुद संसार के राग-रंग, संकल्प-विकल्प, राग-द्वेष की वृत्तियों से परे रहकर ब्रह्माकार वृत्ति में विचरते हैं। उनके प्रत्यक्ष अथवा अप्रत्यक्ष संपर्क में आनेवाले जीवों को उनके भाव-कुभाव के अनुसार प्रकृति फल देती रहती है। उनकी निंदा-आलोचना, बदनामी-कुप्रचार करनवालों को बुरा फल मिलता है तो उनके प्रति आदर-अहोभाव रखने से, श्रद्धा-भक्ति रखने से, उनके बताये गये मार्गानुसार भगवद्भक्ति करने से तत्काल मधुर फल मिले, हृदय आनंद से गद्गद् हो जाये इसमें क्या आश्चर्य ? आइये, यहाँ साधकों के कुछ ऐसे ही विलक्षण अनुभवों को देखें :

❀

मैं पिछले ७-८ साल से पूज्यपाद सद्गुरुदेव के संपर्क में आया हूँ और उनसे मंत्रदीक्षा भी प्राप्त करके धन्य हुआ हूँ। लेकिन मेरे ७५ वर्षीय पिताजी इसी कारण से मुझ पर नाराज थे और पू. गुरुदेव के विषय में निन्दा-आलोचना करते रहते थे। मैं उनसे तंग आकर अपना गाँव सैलाना छोड़कर रतलाम में बस गया हूँ।

करीब चार महीने पहले पिताजी के गले में कुछ बीमारी हुई। खाना-पीना सब बिल्कुल बन्द हो गया। बहुत परेशानी हुई। कई इलाज करवाये लेकिन कोई लाभ नहीं हुआ।

मैं समझ गया था कि किसी भी संत की बुराई करते हैं तो फल भोगना ही पड़ता है। संत तो दयालु एवं उदार होते हैं, वे तो माफ कर देते हैं लेकिन प्रकृति नहीं छोड़ती है। कुदरत के कानून से कोई बच नहीं सकता। ब्रह्मवेत्ता सद्गुरु की निन्दा- आलोचना करने के कारण ही उनके गले में बीमारी आई है।

> किसी भी संत की बुराई करते हैं तो फल भोगना ही पड़ता है। संत तो दयालु एवं उदार होते हैं, वे तो माफ कर देते हैं लेकिन प्रकृति नहीं छोड़ती है।

हम पिताजी को बड़ौदा ले गये। बड़े-बड़े डाक्टरों को दिखाया। एक्स-रे निकलवाया तो पता चला कि बड़े रुद्राक्ष जितनी बड़ी गाँठ आहारनली में गले के अन्दर निकल आयी है। उसकी वजह से खाना तो क्या आधा घूँट पानी भी नहीं उतर सकता।

डॉक्टरों ने कहा कि काका की उम्र ७५ साल की हो गई है अतः ऑपरेशन तो नहीं हो सकता लेकिन हम एक सीलिकान की नली लगा देते हैं। नली के द्वारा केवल तरल पदार्थ दिये जा सकेंगे।

तीन डॉक्टरों ने मिलकर दो घण्टे तक मेहनत की लेकिन वे निष्फल रहे। उन्होंने कहा : "इनकी अन्ननली इतनी सिकुड़ गई है कि हम ज्यादा कोशिश करेंगे तो वह फट जाएगी और केस तुरन्त खलास हो जाएगा। अब आखिरी उपाय है कि इनके गले में छेद करके वाल्व बिठाया जाय। इन्जेक्शन

से चाय-दूध आदि तरल पदार्थ वाल्व में डालने होंगे। इस प्रकार काका जितने दिन निकाल सकें..."

गर्मियों के दिन थे। पिताजी को ग्लुकोज की बोतलें चढ़ाई जा रही थी। मैं गुरुमंत्र का जाप करते हुए उनके पास बैठा रहता था। सोचता था कि पिताजी ने संत की निन्दा करने की गलती तो की है। शास्त्रवचन है कि 'संत का निन्दक महा हत्यारा...' दूसरी ओर गुरुजी कहते हैं कि माँ-बाप को भूलना नहीं। अब पुत्र के नाते मेरा कर्त्तव्य हो जाता है कि पिताजी के बदले मैं गुरुदेव से क्षमा माँगूँ और पिताजी की गल्तियों का प्रायश्चित् करूँ। **संत-भगवंत गुरुदेव की निन्दा करनेवाले का इस लोक में तो क्या तीनों लोकों में कहीं भी कल्याण नहीं हो सकता, निन्दक चाहे कुछ भी कर ले।** केवल एक ही मार्ग है, संत से क्षमा प्रार्थना करना।

मैं पिताजी के बिस्तर के पास बैठकर गुरुमंत्र का निरन्तर जाप करने लगा और गुरुजी से क्षमा-प्रार्थना करने लगा कि पिताजी को कुछ सद्बुद्धि मिल जाय, इनका कल्याण हो जाय। श्रीमद्भगवद्गीता मेरे पास सदैव रहती है। उसके आखिरी कवर पेज पर पू. गुरुदेव की फोटो है। मैं पिताजी के सिरहाने यह गीता इस प्रकार रखता कि पिताजी का सिर अनायास ही गुरुदेव के चरणों को लगे और पाप धुलें, मस्तिष्क में सद्बुद्धि का संचार हो। आठ दिन तक मैं लगातार इस प्रकार करता रहा।

बीमारी के प्रारंभ में पिताजी को वहम था कि किसीने भूत-प्रेम का जादू-टोना कर दिया है। अतः किसीसे तावीज बनवाकर रखते थे। एक रात्रि को वे अचानक चिल्लाने लगे कि मुझे कोई मार रहा है, काट रहा है। मैंने उनको बताया कि आपके सिरहाने यह गुरुदेव के फोटोवाली गीता है। आपको कोई कुछ नहीं कर सकता। उनको तुरन्त तसल्ली हो गई। मुझे वह तावीज देते हुए वे बोले कि इसको अभी कहीं फेंक दे। अब इसकी कोई जरूरत नहीं है।

डॉक्टरों ने पूछा कि गले में छेद करवाने के बारे में क्या निर्णय किया ? मुझे याद आया : गुरुजी सत्संग-प्रवचन में कहते हैं कि जहाँ तक हो सके शरीर की चीर-फाड़ नहीं करवाना चाहिए। मुझे कुछ स्फुरण महसूस हुआ। मानो, गुरुजी मुझसे कह रहे हैं :

"बेटा ! तू सब मुझ पर छोड़ दे। मैं सब संभाल लूँगा। कोई चीर-फाड़ नहीं करवाना है।"

हमने डॉक्टरों से कहा कि 'पिताजी के गले में छेद नहीं करवाना है। जो कुछ दवा लिख देना हो वह लिख दो और हमें छुट्टी दे दो।' उन्होंने महीने के चार इन्जेक्शन लिख दिये और इलाज में असमर्थ रहे इसलिए सहानुभूतिपूर्वक क्षमा याचना करके हमें विदा किया। उसी दिन रात्रि में हम अपने गाँव वापस लौटे।

मैं अहमदाबाद आश्रम से 'बड़दादा' की एवं पंचेड़ आश्रम से 'सिद्धबाबा' (पीपल) की मिट्टी लाया था वह मिट्टी पिताजी के गले से लगाकर रखी। मैं गुरुजी से लगातार प्रार्थना करता रहा। पिताजी के अपराधों की क्षमा माँगता रहा।

एक दिन... दो दिन... तीन दिन... और चौथे दिन उन्होंने पीने के लिए पानी माँगा। फ्रिज का पानी दिया। थोड़ा-सा पानी गले से नीचे उतरा। धीरे-धीरे पानी की मात्रा बढ़ती गई और महीना होते-होते तो दूध, मौसंबी आदि का रस लेने लगे।

हमें बड़ौदा से विदा करते समय डॉक्टरों ने कहा था कि एक सप्ताह में काका की जबान बन्द हो जाएगी और दो महीने में वे चल बसेंगे।

एक महीने के बाद जब हम पिताजी को बड़ौदा ले गये तब हमारे साथ पिताजी को चलकर आये हुए देखकर डॉक्टर दंग रह गये। उन्होंने पिताजी को गले लगा लिया। आश्चर्य व्यक्त करते हुए उन्होंने पूछा : "यह कैसे संभव हुआ ?"

मैंने अपनी जेब से पू. गुरुदेव का नित्यदर्शन

(फोटो) दिखाते हुए कहा : "यह सब इन्हींकी कृपा है । ये हमारे सद्गुरुदेव हैं ।"

फोटो पहचान कर डॉक्टर बोल उठे : "अरे ! ये तो आसारामजी बापू हैं ! बड़ौदा में इनके सत्संग-प्रवचनों में लाखों लोग इकट्ठे हुए थे ।"

फिर पिताजी का एक्स-रे निकलवाया तो पता चला कि अब उस गाँठ का कोई नामोनिशान नहीं है । पिताजी अब बिल्कुल स्वस्थ हैं । हमारी तरह खाते-पीते हैं और पैदल घूमते हैं । बार-बार हाथ जोड़कर गुरुदेव से माफी माँगते रहते हैं और कहते हैं : "मेरी वह कुबुद्धि थी कि मैं ऐसे दयालु संतश्री की निन्दा-आलोचना करता था । भगवान करे, ऐसी कुबुद्धि किसीकी भी न हो..."

- महेशचन्द्र पटेल
सैलाना, जि. रतलाम (म.प्र.)

योगमुद्रा के प्रयोग से लाभ

मेरी हालत बहुत खराब थी । हिलने-डुलने तक में परेशानी थी । दो व्यक्तियों की मदद के सिवाय मेरी शारीरिक चेष्टाएँ भी नहीं हो सकती थी । ऐसी स्थिति में मैं बिस्तर पर पड़ा हुआ था । लेट्रिन-बाथरूम की भी तकलीफ थी । पाँच मिनट में बमुश्किल दो फीट तक ही चल सकता था । इक्कीस बार डॉक्टरों को बदला । बम्बई के भी बड़े-बड़े डॉक्टरों को बताया किन्तु उससे भी कोई सुधार न हो सका ।

मेरे एक परम स्नेही द्वारा सूचना देने पर मुझे यहाँ (सूरत) आश्रम में लाया गया । उस दिन मेरी यह स्थिति थी कि दरवाजे से यहाँ तक चलने में मुझे ४५ मिनट लगे । दो व्यक्तियों ने मुझे पकड़कर पीछे बैठाया । दो घण्टे के सत्संग में न जाने क्या हुआ कि मेरे हाथ-पैरों के संधिस्थलों में शक्ति आने लगी । धीरे-धीरे मैं प. पू. बापू के दर्शन करने के लिए लाइन में खड़ा रह गया ।

पू. बापू से मिलने पर मैंने उनसे प्रार्थना की और कहा : "न जाने मुझे यह क्या हो गया है ? मेरी समझ में तो कुछ भी नहीं आ रहा ।"

तब पू. बापू ने मुझे 'योगमुद्रा' सिखाई और कहा कि रोज योगमुद्रा करना, दायें नथुने को बंद करके पानी पीना, तामसिक आहार का त्याग करना और हो सके तो योगासन करना ।

इन चार आज्ञाओं के पालन करने का निश्चय करके एवं 'बड़दादा' की सात परिक्रमा करके मैंने यह संकल्प किया कि 'मैं यहाँ दूसरे शिविर में जरूर आऊँगा ।' तत्पश्चात् मैं घर गया ।

फिर मैं मार्च महीने की होली की शिविर में यहाँ आ पहुँचा । उस दिन पू. बापू ने स्वयं ही पूछा : "अब तुम्हें कैसा लगता है ?"

उस दिन मेरे शरीर में ऐसा अनुभव हो रहा था कि मुझे 'संधिवात है ही नहीं । अभी (दिसंबर- १९८८) चार दिन से मैं अपना स्कूटर स्वयं चलाकर शिविर में आ रहा हूँ । अब मुझे किसी प्रकार की कोई तकलीफ नहीं है । मेरे लिए तो मेरे पू. गुरुदेव...

परम पुरुष प्रभु सद्गुरु,
परम ज्ञान सुखधाम ।
जिसने दिया है भान निज का,
उनको सदा प्रणाम ॥

चार वर्ष की संधिवात रोगग्रस्तता से मुझमें, हिलने तक की शक्ति न थी । आज आप सबके समक्ष खड़े रहने की शक्ति जिसने दी है, मेरे उन परम पूज्य सद्गुरुदेव के श्रीचरणों में कोटि-कोटि प्रणाम हैं ।

उनकी वाणी एवं दृष्टि में अद्भुत प्रभाव है । उसके प्रभाव से इस दुनिया का एक असाध्य रोग यदि मिट सकता है, छः दिन के सत्संग से 'संधिवात' जैसा भयंकर रोग यदि जड़-मूल से नष्ट हो सकता है तो बाकी के वर्षों में उनकी प्रेरणा एवं मार्गदर्शन से भवरोग क्यों दूर नहीं हो सकता ?

- सतीशचन्द्र छगनलाल पटेल
इच्छानाथ रोड, सूरत ।

संस्था समाचार

बाँसवाड़ा : राजस्थान का यह नगर दिनांक १६ से १९ सितम्बर तक भारत के राष्ट्रसंत परम पूज्य श्री आसारामजी महाराज के सुप्रवचनों की धारा में बह-सा गया ।

गीता-भागवत सत्संग समारोह के इस विशाल आयोजन में श्रोताओं की नित्य निरन्तर बढ़ती हुई भीड़ ने इसकी भव्यता व दिव्यता को स्वतःसिद्ध कर दिया । बाँसवाड़ा नगर में हर धर्म, हर जाति के स्त्री-पुरुषों ने सत्संग की बहती सरिता में अवगाहन कर अपना भाग्योदय किया ।

मेघराजा की तीव्र व अविराम गति से सतत बरसती हुई बूँदों के बावजूद भी पांडाल में जनता का निश्चिन्त व एकाग्रचित से हजारों की संख्या में बैठकर सत्संग-श्रवण करने का दृश्य पहली बार बाँसवाड़ा नगर में देखा गया ।

बरसात की न थमनेवाली बूँदों में अपने तन-मन की सुध-बुध खोकर भीगते हुए सत्संग के दीवाने ठंड से ठिठुरते रहे फिर भी अपने लाड़ले सद्गुरु के सत्संग-श्रवण का पूर्ण आनन्द लेकर ही उठे ।

मधुर कीर्तन की मधुर थापों पर थिरकता बाँसवाड़ा धर्मक्षेत्र का जनसमुदाय इस आत्म-जागृति के आयोजन को कभी न विस्मृत कर पाएगा ।

आदिवासियों में भंडारा

सरवन और कुशलगढ़ : मध्य प्रदेश के सरवन (रतलाम) में दिनांक १३ सितम्बर को तथा राजस्थान के कुशलगढ़ में दिनांक २० सितम्बर को भारतीय संस्कृति के आदिम प्रतीक माने जाने वाले आदिवासी भाई-बहनों के प्रति पूज्य गुरुदेव के दिल में विशेष स्नेह होने के कारण विशाल भंडारों का आयोजन किया गया, जिसमें हजारों की संख्या में सुदूरवर्ती वन्यग्रामों से गिरि की श्रृंखलाओं को भेदते हुए संत दर्शन हेतु उमड़े वनवासी भाई-बहनों को निःशुल्क भोजन करवाया गया । पूज्यश्री के करकमलों द्वारा उनमें वस्त्र, बर्तन, फल, प्रसाद व नगद राशि वितरित की गई । धर्म की वास्तविकता से अनभिज्ञ भोले- भाले इन वनवासी भाइयों में गीता-भागवत सत्संग के अमृत बिन्दुओं का सिंचन करते हुए पूज्य गुरुदेव ने गीता का यह श्लोक उच्चारित किया ।

श्रेयान्स्वधर्मो विगुणः परधर्मात्स्वनुष्ठितात् ।
स्वधर्मे निधनं श्रेयः परधर्मो भयावहः ॥

'अच्छी प्रकार आचरण में लाये हुए दूसरे के धर्म की अपेक्षा गुणरहित भी अपना धर्म अति उत्तम है । अपने धर्म में तो मरना भी कल्याणकारक है और

दूसरों का धर्म भय देनेवाला है ।

(श्रीमद्‌भगवद्‌गीता : ३.३५)

सत्संग समापन तक दोनों स्थानों पर भीली-भाषा का भी प्रयोग करनेवाले इन महान् संत के सत्संग का लाभ वनवासी मामा-मामियों (भीलों)ने अत्यधिक हर्षोल्लास के साथ लिया ।

उदयपुर : मेवाड़ की प्रसिद्ध पर्यटन नगरी के रूप में विश्वविख्यात उदयपुर (राज.) की जनता को परम पूज्य गुरुदेव की जीवनोद्धारक वाणी का रसपान करने का सुअवसर दिनांक ५ से ९ अक्तूबर तक मिला । जनता-जनार्दन का पूज्य बापू के प्रति स्नेह, श्रद्धा, भक्तिभाव व समर्पण का दृश्य देखते ही बनता था । जनसमुदाय की उमड़ती भीड़ के कारण एक लाख जनता के बैठने के लिये बनाये गये सत्संग मंडप में अनेक क्लोज सर्किट टी.वी. सेट लगाये गये थे । नवरात्रि स्थापना दिवस से आरम्भ इस सत्संग समारोह में गुजरात, महाराष्ट्र, मध्यप्रदेश, दिल्ली, आसाम आदि सुदूर राज्यों की धर्मप्रेमी जनता के साथ पर्यटकों ने भी हर्षोल्लास के साथ भाग लिया ।

दिनांक ६ अक्तूबर को पूज्यश्री का आत्मसाक्षात्कार दिवस भव्य आयोजनों के साथ मनाया गया, जिसमें आतिशबाजी व प्रभातफेरी का आयोजन अत्यधिक आकर्षक रहा । नगर के जिलाधीश समेत अनेक प्रशासनिक अधिकारी भी सत्संग-सभा में सम्मिलित होकर अपनी नियमित उत्कृष्ट सेवाएँ देते रहे ।

शहर की हर गली, हर चौराहे पर 'मधुर मधुर नाम... हरि हरि ॐ' का कीर्तन गूंजायमान हो रहा था, ऐसा लग रहा था मानो पूरा उदयपुर हरिनाम संकीर्तन की मस्ती में झूम रहा हो ।

दिनांक ८ अक्तूबर को जनता के विशेष आग्रह पर पूज्यश्री ने विद्यार्थी जागृति शिविर में आये हुए उदयपुर के सम्पूर्ण शालेय बच्चों में जीवन के सर्वांगीण विकास के अमूल्य, आध्यात्मिक सूत्रों का वितरण करते हुए मनोबल, भावबल एवं प्राणबल विकसित करने की तकनिक बतायी । अनेक प्रेरक प्रसंगों द्वारा विद्यार्थियों में आत्मशक्ति का संचार करते हुए याद-शक्ति व एकाग्रता-वृद्धि की अनेक युक्तियाँ बतलाते हुए निष्ठापूर्वक अपने कर्त्तव्य पथ पर डटे रहने का उपदेश दिया ।

उदयपुर के इतिहास में यह अभूतपूर्व गीता-भागवत सत्संग समारोह था जिसे यहाँ की जनता कभी भी न भूल सकेगी ।

अमझेरा : सद्‌गुरु व समाज के मध्य सेतु रहे आश्रम के ब्रह्मलोकगामी श्री नरेशभाई ब्रह्मचारी की पावन स्मृति में अमझेरा क़ी अत्यधिक सक्रिय महिला साधिकाओं ने निर्धन आदिवासियों में भोज समारोह का भव्य आयोजन किया । ज्ञातव्य है कि अमझेरा में ही नरेशभाई ने अपने जीवन की अंतिम धर्मसभा को संबोधित किया था ।

समीपस्थ ग्राम राजपुरा में इन्दौर समिति द्वारा निर्धन विद्यार्थियों को गणवेश वितरण कर राजपुरा, अमझेरा व इन्दौर के साधकों ने मिलकर राजा भोज की धारा नगरी (धार) में एक भव्य प्रभातफेरी का भी आयोजन किया ।

देवास : गुरु पूर्णिमा एवं जन्माष्टमी के पर्व पर गुरुदर्शन हेतु न आ सके साधकों ने यहाँ श्री राम गजानन मंदिर में पूज्य गुरुदेव क़ी स्थित व्यासपीठ के समक्ष श्री गुरुगीता व श्री आसारामायण का सामुहिक पाठ किया ।

देवास सत्संग के दौरान पूज्य गुरुदेव जब इस सत्संग भवन का उद्‌घाटन करने यहाँ की व्यासपीठ पर विराजे थे तब से ही इस व्यासपीठ में पूज्यश्री का अंश विराजमान है, जिसके सम्मुख प्रार्थना करने से अब तक अनेक साधकों के मनोरथ सिद्ध हो चुके हैं । यहाँ प्रति रविवार को विडियो सत्संग का आयोजन भी किया जाता है तथा आश्रम द्वारा प्रकाशित सम्पूर्ण साहित्य, चूर्ण व ऑडियो-विडियो कैसेट्स यहाँ से प्राप्त की जा सकती हैं ।

सूरत : विगत दिनों जब गुजरात का सूरत शहर प्लेग की महामारी की चपेट में था, वहाँ के नागरिक मौत के इस तांडव से बचने के लिये अपना घर-बार छोड़कर सूरत से बाहर भाग रहे थे, चारों ओर जब भययुक्त सन्नाटा-सा छाया हुआ था ऐसी खतरनाक विकट परिस्थिति में भी अपने प्राणों की परवाह न करते हुए संत श्री आसारामजी आश्रम, जहाँगीरपुरा, सूरत के साधकगण प्लेग प्रभावित बस्तियों में कूद पड़े और वातावरण में से प्लेग के विषाणुओं को नष्ट करने के लिये द्वार-द्वार और गली-गली में नीम के पत्तों का धुआँ तथा गुगल की धूप करते रहे तथा वेड़ दरवाजा, झोंपड़पट्टी, बापूनगर, नेहरुनगर, सुभाषनगर तथा आसपास के अन्य क्षेत्रों में बसे गरीब, मजदूर तबके के तीनसौ से अधिक परिवारों में आश्रम के पवित्र माहौल में सात्त्विकता व पौष्टिकता से परिपूर्ण भोजन निर्मित कर वितरण किया गया ।

आश्रम की ओर से स्थान-स्थान पर चिकित्सा केन्द्र, राहत केन्द्र भी स्थापित किये गये जिनमें आश्रम के सेवाभावी साधक चिकित्सकों ने अपना सराहनीय सहयोग प्रदान कर आश्रम द्वारा उपलब्ध कराई गई विभिन्न औषधियों का हजारों रोगियों में निःशुल्क वितरण कर पीड़ितों को सहायता पहुँचाई गई ।

यद्यपि प्लेग का प्रभाव सूरत शहर में थम चुका है फिर भी मानवसेवा के लिये कृतसंकल्प होकर आश्रम के साधक भाई आज भी गंदी बस्तियों में घूम-घूमकर सर्वेक्षण करते हुए जरूरतमंदों को नाना प्रकार की सुविधाएँ उपलब्ध करवाने का बीड़ा उठाये हुए हैं ।

वे साधक कितने भाग्यशाली होते हैं जो अपने सद्गुरुदेव के आदर्शों का अनुसरण करते हुए कर्मक्षेत्र की बलिवेदी पर हँसते-हँसते चलते हुए, अपने प्राणों को भी संकट में डालकर नरसेवा को ही नारायण-सेवा मान लेते हैं ।

निष्काम कर्मपथ पर अग्रसर भगवान के भक्त एक दिन निश्चित ही सनातन अविनाशी परमपद को प्राप्त हो जाते हैं । भगवान श्रीकृष्ण ने भी गीता में कहा है :

यतः प्रवृत्तिर्भूतानां येन सर्वमिदं ततम् ।
स्वकर्मणा तमभ्यर्च्य सिद्धिं विन्दति मानवः ॥

'जिस परमेश्वर से सम्पूर्ण प्राणियों की उत्पत्ति हुई है और जिससे यह समस्त जगत् व्याप्त है, उस परमेश्वर की अपने स्वाभाविक कर्मों द्वारा पूजा करके मनुष्य परमसिद्धि को प्राप्त हो जाता है ।'

(श्रीमद् भगवद्गीता : १८.४६)

बड़ौदा शहर में श्री योग वेदान्त सेवा समिति द्वारा दिनांक : २-१०-९४ (रविवार) की रात्रि को ९ बजे से भव्य शांति कीर्तनयज्ञ का आयोजन किया गया था ।

सूरत शहर एवं पूरे देश में प्लेग नामक महामारी फैलने से लोग भयभीत होकर प्रेम, दया, सेवा जैसे गुणों को भूल गये थे और घर से बाहर निकलने में भी घबराते थे ।

ऐसे समय में लोगों में उत्साह, प्रेम, भक्ति, सेवा जैसे गुण विकसित हों एवं देश से प्लेग शीघ्र विदा हो जाय इस भावना से समिति द्वारा सामुहिक प्रार्थना एवं कीर्तन का आयोजन किया गया ।

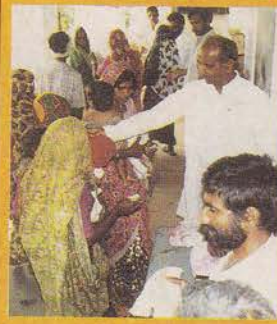
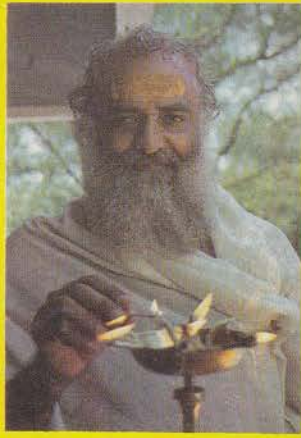
इस कीर्तन-यज्ञ में लगभग २००० साधक भाई-बहन एवं बड़ौदा के नागरिक सम्मिलित हुए । यह यज्ञ बड़ौदा के हृदय-स्थल ज्युबिली बाग के सामने किया गया, जिसका ब्यौरा दैनिक संदेश में भी दिया गया था ।

जिस कीर्तन-यज्ञ से संसार के समस्त पाप-ताप निवृत्त हो जाते हैं, ऐसे भगवान श्रीहरि का कीर्तन करके बड़ौदा निवासी धन्य हो गये ।

कलजुग केवल नाम अधारा,
जपत नर उतरहिं सिंधुपारा ॥

❀

Registered with Registrar of Newspapers for India Under No. 488/3/

दिवाली के दीपों से,
जगमग भारत सारा कर दो।
बहा प्रेम की गंगा जग से,
दूर द्वेष अंधियारा कर दो॥
जो हैं शोषित दीन-दुःखी
और बेसहारे धरती के।
देकर स्नेह सहारा उनको,
घर-घर में उजियारा कर दो॥
– पू. बापू

आदिवासियों में अन्न-वस्त्रदान करते हुए आश्रम के साधक

भंडारे का प्रसाद ग्रहण करते हुए आदिवासी भाई-बहन... (सरवन, म.प्र.)

वनवासियों में भोजन के दौरान दक्षिणा वितरण करती हुई महिला आश्रम की साध्वी बहनें... (भीलवाड़ा)

ताप्ती के बाढ़ग्रस्त क्षेत्र के बेघर लोगों में भोजन वितरण, पेयजल संकट से त्रस्त लोगों में जलवितरण, संक्रामक रोगग्रस्त लोगों में निःशुल्क औषधि वितरण करते सूरत आश्रम के सेवाभावी साधक।